

Psihologija danas

GODINA II LETO 1999. GOD. CENA 29 DINARA BROJ 6

TEMA BROJA:

zavisnost od života



Internet opasna mreža

Žene zavisne od slabosti muškaraca

Intervju: JOVAN MARIĆ

Liderstvo je kontinuitet u ljudskoj prošlosti

Kako pobediti stres u ratnim i posleratnim uslovima

SIGNALIZAM
SRPSKA
NEOAVANGARDA



Julijan Kornhauzer

**SIGNALIZAM
SRPSKA NEOAVANGARDA**

Prva studija o avangardnom signalizmu kao jedinom književnom pokretu nastalom kod nas, iz pera poljskog pesnika i teoretičara književnosti Julijana Kornhauzera.

MIT I
ISTORIJA



Momir Zeković

MIT I ISTORIJA

Jedinstveno ostvarenje u našoj teoriji gde su izneti ključni pogledi do kojih je na temu "mita i istorije" došla moderna filozofija i sociologija, te umetnost i religija.

OSVETA I KAZNA



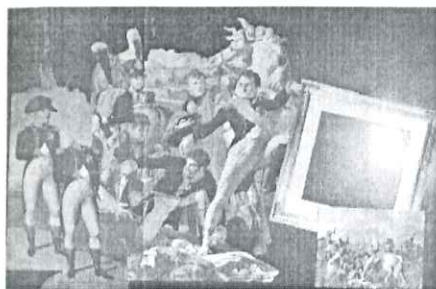
Sladana Đurić

OSVETA I KAZNA

Najcelovitija sociološka studija krvne osvete kod Albanaca koji žive u Srbiji (pre svega na prostoru Kosova i Metohije), u kojoj se razmatraju istorijski koreni i savremene posledice.



TEL/FAX - 018/530 - 202



Naslovna strana
kolaž "Napoleon" autora S. Jović

ISSN 1450-5940

IMPRESUM

Psihologija danas

Časopis za psihologiju, psihijatriju, antropologiju,
seksologiju i srodne discipline

Izdavač

Društvo bihevioralne teorije i prakse
18 000 Niš, Stara Vujadina 1
Tel/fax: 018/23-423

Glavni i odgovorni urednik

Prof. dr. Jezdimir Zdravković

Direktor

Prof. dr. Srbobran Miljković

Tehnički urednici

Ivana Todorović, Žilijeta Krivokapić, Vojin Popović

Redakcijski odbor

Petar Momčilović, Dušan Petrović, Vladimir Nešić,
Grozdanko Grbeša, Božidar Marković, Blagoje Nešić,
Joviša Obrenović, Veselin Ilić, Aleksandar Milojević,
Jovan Ničić, Vojislav Dević, Dragan Milošević

Redakcija

Jezdimir Zdravković, Žilijeta Krivokapić, Ana Đorđević,
Ivana Todorović, Vladan Radivojević, Olivera Žikić,
Slađana Jović, Tatjana Stefanović-Stanojević, Tatjana
Pejčić-Radisavljević, Slađana Golubović, Slavko
Milojković, Snežana Stojiljković, Miodrag Milenović,
Miroslav Krstić, Vojin Popović, Zoran Ćirić

Sekretar redakcije

Ratomir Božović

Fotografija

Dušan Mitić – Car

Poster ilustrovao

Igor Ćirović

Priprema i štampa

DIGP "Prosveta" – Niš, Vojvode Gojka 14

Oglašavanje i pretplata

Ratomir Božović
18000 Niš, Stara Vujadina 1
Tel/fax: 018/23-423

Internet

E-mail: psihologijadanas@write.com
web.prezentacija:
<http://surf.to/psihologija>

Časopis izlazi tromesečno

Časopis "Psihologija danas" se oslobađa poreza
na promet kao publikacija od posebnog interesa
za nauku po odluci Ministarstva za nauku i tehnologiju

Žiro račun

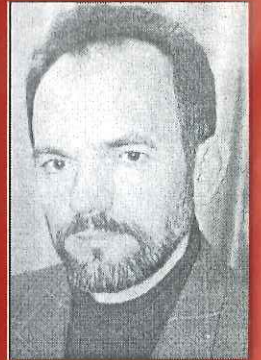
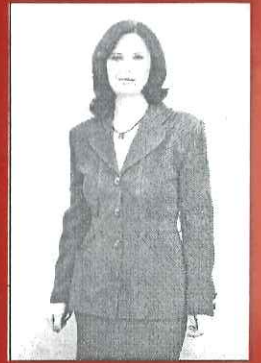
42500-678-5-24779

REČ UREDNIKA pre rata.....	5
za vreme rata.....	6
i posle rata.....	7
NOVOSTI - LJUDI - ISTRAŽIVANJA- RELACIJE	8
– Koliko su alkoholičari motivisani za lečenje	
– Kriminalci su često zanemarivani u detinjstvu	
– Povezanost inteligencije i osobina ličnosti	
– Veća zahtevnost roditelja – slabiji uspeh dece u školi	
– Strah od ocenjivanja – vid školske fobije	
TEMA BROJA: ZAVISNOST OD ŽIVOTA	12
– Kolonizacija ljudskog duha	
– Internet opasna mreža	
– Kibernetički čovek	
– Žene zavisne od slabosti muškaraca	
– Emocionalna vezanost	
– Simulacija i laž u medicini	
INTERVJU	36
Jovan Marić	
– Liderstvo je kontinuitet u ljudskoj prošlosti	
RATNA PSIHOPATOLOGIJA	39
– Kako pobediti stres u ratnim i posleratnim uslovima	
SEKSUALNOST	42
– Vaginizam: strašljivo bekstvo od intimnosti	
AUTOPATOLOGIJA	44
– Moć kobi i vrkljan	
– Krivi toranj u Pizi	
PSIHOMEDICO KOMPJUTERIZACIJA	48
– Multimedija u medicini	
PRIKAZ KNJIGE	50
– Pubertet ne mora da stvori kaos u kući	
– Emocionalna inteligencija	
– Nove duševne bolesti	
ODJECI	53

Psihologija danas

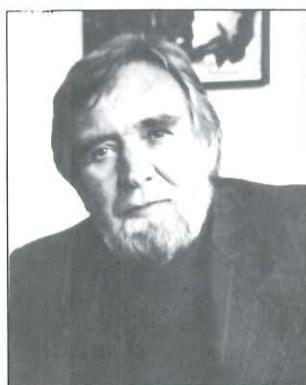


Srušili su sve mostove. Ostao je samo jedan,
virtuelni most, koji spaja *Psihologiju* danas
i njene brojne čitaoce.



reč urednika

PRE RATA...



Dobro je poznato kako se ponašao Bil Klinton, na mestu koje nije prikladno za takvo ponašanje. Uzgred, malo je i lagao, pod zakletvom.

Čovek, ipak, nije u stanju da se složi s onima koji su ga

proganjali. Prvo, treba se prisetiti vica paradoksa u kome se naglašava činjenica da je zemlja okrugla, ali i još ubedljivijeg svakodnevnog iskustva, da ljudi, uprkos tome, vode ljubav na svakom ćošku. I drugo, koje se oslanja na sumnjivu nauku, pod kolosalnim nazivom psihoanaliza. Tamo se tvrdi da je najveći broj ljudskih ponašanja podstaknut nesvasnim seksualnim potrebama. Ispada da je sve seksualno, osim samog seksualnog čina. Kako su Klinton i njegova "oralno fiksirana" pripravnica radili sve, osim neposrednog seksa, lako se zaključuje da su bili nesvesni šta čine. A mora da se prizna da proganjanje nesvesnih ljudi nije u duhu prosvetčenosti dvadesetog veka. Pogotovo ne u duhu najrazvijenije demokratije, što je floskula kojom se obično opisuje američko društvo.

Odgovor bi bio taj da nije reč o seksu, jer najveći broj ljudi ima pravo, kad je reč o ovoj vrsti zabave, da zanemaruje činjenicu da je zemlja okrugla, ali da takvo pravo mora biti uskraćeno vođama (i "vodicama"). Upravo zbog demokratije!

A dobro se zna kakav je bio odnos prema vođama u totalitarnim režimima. U Rusiji su ljudi umirali s imenom Staljina na usnama, čoveka koji ih je bez krivice slao u ništavilo. Na Golom otoku živi mrtvaci su prilikom posete Leke Rankovića klicali Titu, Partiji i njemu samome, u toj meri, da se šefu UDBe smučilo bez obzira na to što nije patio od osetljivog "želuca".

Činilo bi se dakle da je to-to. Zavisnost od vođe je isključivo svojstvo totalitarnih oblika vladavine nad ljudima, koja bi se s prelaskom na demokratiju istopila kao santa leda u užarenoj furuni. Nažalost, reč je o zabludi. Američki narod je u anketama dao punu podršku vođi, uprkos činjenici da je lažov, uživatelj droge u ranoj mladosti i kakovica, koja je izbegla ratnu obavezu. Obožavanje vođe dakle kao izraz zavisnosti i u totalitarnim, i u demokratskim režimima, razlikuje se samo po formi, sadržina je ista.

Da li je reč o psihološkoj, ili društveno uslovljenoj pojavi? Nažalost, nije ni jedno, ni drugo!

Objašnjenje nas vodi direktno u filogežu. Psihološki i sociološki uzročnici čvrste vezanosti za vođu, bilo u fromofskom terminu "bektva od slobode" (ispravniji je termin "strah od kazne"), bilo u konformizmu, ambivalentnom odnosu prema autoritetu, prisutni su, ali kao drugorzredne pojave, koje se lako uče na osnovama istorijskog nasleđa. Naime, životinje koje žive u čoporu ("društvene životinje") vodi predvodnik, a sam čopor je ustrojen po strogoj hijerarhiji. To nije slučajno. Predvodnik je tu da "mudro" vodi čopor, da vodi računa o redu i disciplini, pruži zaštitu i sigurnost, i jednom rečju, da osigura opstanak vrste. Kod ljudi su, nažalost, osnovni biološki zakoni opstanka poremećeni, što ukazuje na činjenicu da ljudi žive, nasuprot životinjama u svojevrsnoj eksperimentalnoj situaciji. Dokaz za to su obožavane vođe, Staljin, Hitler i ne samo oni, koji su na milione ljudi odveli u smrt.

U tom pogledu, Klintonova krivica je beznačajna. Ali ne treba gubiti nadu, opasno preti Srbima. Međutim, Srbi ga se ne plaše, bar iz tri glavna razloga.

Prvo, oni nisu Monika Levinski (uprkos činjenici da po broju popušenih cigareta zauzimaju zavidno mesto u svetu). Drugo, nebeski su narod, pa su već unapred mrtvi. I treće, nisu ga birali, pa zašto bi ga onda, bez preke potrebe, i obožavali?

i još nešto od urednika

... ZA VREME RATA ...

Ratovi se ne mogu objasniti psihologijom. Reč je o interesima, naravno ekonomskim, koji se ostvaruju osvajanjem teritorije. Teritorijalna agresija jedna je od najčešćih vrsta violentnog ponašanja kod životinja, nažalost u lokalnim i globalnim okvirima, i kod ljudi. Ratovi se, dakle, ne mogu objasniti ni psihologijom lidera, bez obzira na to da li je reč o vođama koje u sebi nose sumnjive pojave koje se nazivaju harizmom, vojničkom sposobnosti (pogotovo ako su opremljene brojnim ljudstvom, visokom tehnologijom i spremnošću da žrtvuju ljude), bezobzirnošću ili jakom dozom ludila. Vođe su uglavnom instrumentalizovane igračke u rukama kretanja novca.

Ipak, nešto zavisi i od njihove psihologije, pod kojom podrazumevamo karakter i filozofski odnos prema ostalom svetu i sebi samom. Da li možda begunac iz Vijetnama vodi u osnovi neviteški rat u kome se s velikih visina padaju bombe na glave civila? Dodajmo ovome simboliku ovalnog kabineta, kao svetskog globusa, izživljavanje nad ružnom i sirotom ženom, predstavnicom

potlačenih u svetu, oralni seks koji služi sam sebi (po definiciji, reč je o perverziji), telefonski razgovor sa saradnicima za vreme seksualnog čina, kao izraz ozbiljnosti politike od koje zavise milioni ljudi, kao i laži (bez video trake). Nije to ludilo, jer po mišljenju čuvenog klasika, u njemu nema sistema. Reč je o koraku do ludila.

Mislim često da je Bog praveći svet trebalo da iz svog čudotvornog akta izostavi stvaranje čoveka. Ili da je, ako i nije mistika, nastajanje čoveka od majmuna bila greška prirode. Da se ovo nije desilo, svet bi bio idiličan. Na zemlji vredni mravi, na nebu slobodne ptice. Dinosaurusi, koji su kvarili idilu, na vreme su izumrli.

Stem. Hunter

I majmunu je dosta!

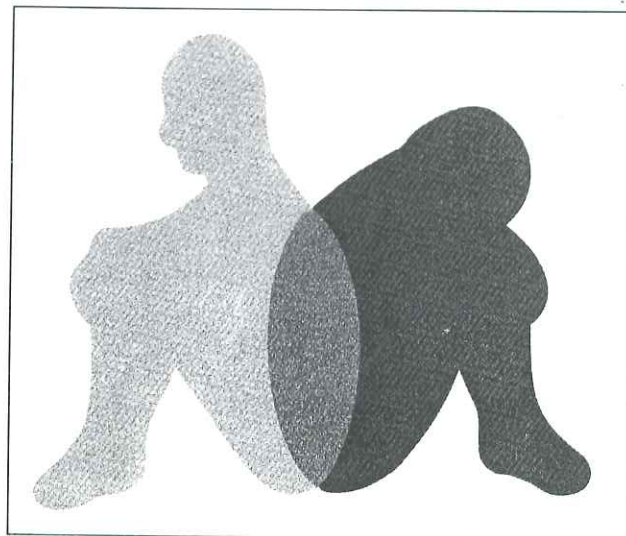
... I POSLE RATA.

Karikatura Aleksandra Blatnika "Bez reči" koja je dobila nagradu Međunarodne fondacije "Srebrni pelikan" na Međunarodnom bijenalu karikature "Gabrovo 99" Bugarska



Grupa lekara iz Specijalne psihijatrijske bolnice u Gornjoj Toponici, na čelu s dr Irenom Popović i dr Vojinom Popovićem, zainteresovala se za problem stepena motivisanosti alkoholičara za lečenje. Istraživanje je sprovedeno na grupi od 140 bolesnika, lečenih na Odeljenju za alkoholizam iste bolnice. Cilj studije bio je da se utvrdi kako neki parametri socijalnog, odnosno zdravstvenog statusa alkoholičara, kao što su starost, bračno stanje, stepen obrazovanja, kao i postojanje psihičkih i somatskih komplikacija alkoholne bolesti, utiču na motivisanost za lečenje. Od rezultata se očekivalo da pokažu profil alkoholičara koji s najvećim stepenom motivisanosti dolaze na bolničko lečenje i, ako je moguće, utvrdi koji su tome razlozi. Kao parametri motivacije, uzimani su sledeći podaci: okolnosti pod kojima pacijent dolazi na lečenje (početna motivacija), koje je lečenje po redu, da li je pacijent na prijemu bio saglasan s hospitalizacijom, koliko je dugo trajalo lečenje i da li je pacijent samovoljno napustio lečenje. Ovi parametri na određen, način kvantifikovani, kako bi se dobio tzv. indeks motivacije, koji je poentiran od 0 do 7.

Struktura uzorka daje podatke o prosečnoj starosti lečenih alkoholičara (41,2 godine) i prosečnom broju hospitalizacija (2,6), što go-



KOLIKO SU ALKOHOLIČARI MOTIVISANI ZA LEČENJE?

vori, da se radi o dugogodišnjim zavisnicima, sa alkoholičarskim stažom između 10 i 20 godina. Najveći broj pacijenata (69 %) bio je oženjen, sa srednjom stručnom spremom (51 %). Visok procenat pacijenata iskazao je saglasnost za lečenje na prijemu (73 %), ali je isto tako veliki broj samovoljno napuštao lečenje (45 %).

Rezultati rada dalje pokazuju stepen moti-

vanosti, u odnosu na određene parametre socijalnog, odnosno zdravstvenog statusa alkoholičara.

Prema starosnoj strukturi bolesnika, najveći indeks motivacije pokazala je grupa od 41–50 godina starosti, što se ogleda u najmanjem prosečnom broju hospitalizacija, najvećem stepenu početne motivacije, kao i najmanjem broju samovoljnog odlaska s lečenja. Visoki procenat pacije-

nata ove grupe (60 %) imao je na prijemu neku od komplikacija alkoholne bolesti, što je, nažalost, i najvažniji faktor koji u ovoj starosnoj dobi dovodi alkoholičara na lečenje. Grupa od 20–30 godina pokazala je najmanji indeks motivacije.

Bračno stanje pacijenata imalo je veliki uticaj na njihovu motivisanost za lečenje. Naime, oženjeni alkoholičari, u 70 % slučajeva, samovoljno dolaze na lečenje želeći da sačuvaju svoju porodicu. Sledi grupa razvedenih, a najmanji indeks motivacije pokazali su neoženjeni alkoholičari.

Što se stepena obrazovanja tiče, pacijenti sa srednjom stručnom spremom pokazali su najveći stepen motivacije, nešto manji oni s osnovnom školom, dok su intelektualci u našoj studiji imali slabiju motivisanost od ostalih.

Postojanje somatskih i psihičkih komplikacija alkoholne bolesti u velikoj meri uticalo je na dolazak pacijenata u bolnicu, što i ne iznenađuje ako uzmemo u obzir vrlo morbidnu ličnost zavisnika.

Tako na osnovu ovog istraživanja dolazimo do zaključka da najveći stepen motivisanosti za lečenje pokazuju alkoholičari starosti 41–50 godina, oženjeni, sa srednjom stručnom spremom i postojanjem nekih somatskih ili psihičkih komplikacija alkoholne bolesti. ■

Dr Irena Popović

KRIMINALCI SU ČESTO ZANEMARIVANI U DETINJSTVU

Institut za kriminološka i sociološka istraživanja u Beogradu, tokom dužeg vremenskog perioda, pomno se bavi izučavanjem faktora od kojih zavisi maloletnička delinkvencija i odavanje odraslih osoba kriminalu. Branimir Vučinić i Vesna Gojković, saradnici Instituta, izveštavaju o istraživanju koje je sprovedeno na uzorku od 278 krimi-

nalaca muškog pola, starih od 21 do 55 godina, osuđenih za teška dela protiv života i imovine (ubistva, razbojništva, provale i teške krađe). Ispitivanjem je trebalo utvrditi kakav je uticaj emocionalnih odnosa roditelja prema ispitanicima, u doba detinjstva i rane mladosti, na njihovo kasnije habitualno kriminalno ponašanje (procenjeno recidivizmom). Kva-

litet emocionalnih odnosa sa roditeljima subjekti su procenjivali na 15 skala Likertovog tipa. Rezultati su pokazali da se višestruki recidivisti značajno razlikuju od nerekidivista, u sledećem: recidivisti su u detinjstvu bili grubo zanemarivani od oca i majke, otac se ponašao hladno i nasilnički, nije se trudio da razume potrebe i želje ispitanika,

već ga je tretirao kao malo dete, dok se majka uglavnom pasivno držala. Autori ukazuju na to da neadekvatan odnos roditelja prema deci otežava njihovu socijalizaciju i da predstavlja jedan od činilaca upornog održavanja kriminalnog ponašanja u odraslom dobu. ■

Dr sci Snežana Stojiljković, psiholog

Istraživanje koje je sprovedla dr Snežana Stojiljković, naučni saradnik Instituta za pedagoška istraživanja u Beogradu, imalo je za cilj proveravanje pretpostavke o povezanosti intelektualnih sposobnosti i osobina ličnosti. Ovaj problem zaslužuje pažnju pošto je prilično rašireno shvatanje o tome da su inteligencija i nekongitivna svojstva ličnosti međusobno nezavisni domeni (često se smatra da su razum i emocije suprotstavljeni i da "svako vuče na svoju stranu"). Ispitivanjem je obuhvaćeno preko 500 srednjoškolaca iz Niša, starih 16–17 godina. Za merenje perceptivnih, verbalnih i specijalnih sposobnosti korišćena je baterija KOG-3 (Wolf, Momiro-



POVEZANOST INTELIGENCIJE I OSOBINA LIČNOSTI

vić i Džamonja, 1992), a bazične dimenzije ličnosti (ekstraverzija, neuroticizam, psihoticizam i sklonost ka konformiranju)

procenjene su Ajzenkovim upitnikom EPQ. Da bi se što više zahvatila osećajna strana ličnosti, primenjena je adaptirana

skala emocionalne empatije, Mehrabijana i Epštajna. Podaci su obrađeni pod modelom kanoničke korelacione analize, posebno na uzorku mladića i devojaka. Dobijeni koeficijent kanoničke korelacije, u oba poduzorka ispitanika, ukazuje na povezanost opšte intelektualne sposobnosti i nonkonformističkog stava (inteligentniji su u većoj meri nekonformistički orijentisani). Generalno gledano, nalazi upućuju na to da postoje veze između kognitivne i konativno-afektivne sfere ličnosti, saglasno holističkoj tezi, da je čovek nedeljivo jedinstvo "delova". ■

Dr sci Snežana Stojiljković, psiholog

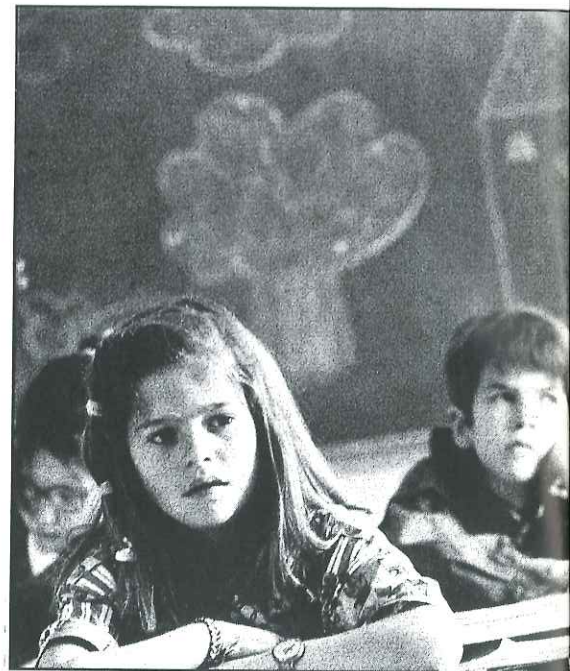
U kojoj meri su prisutni strahovi (trema, anksioznost) od škole, koji su osnovni uzroci takvih strahova i na koji način ti strahovi utiču na uspeh u školi, bio je predmet is-

cijama fobično ponaša. Nasuprot njima, 48 učenika (43,64 %) opredelilo se za odgovore da ne osećaju nikakav strah, ili da ga osećaju samo u jednoj ili dvema životnim

utvrdilo, ispitana je statistička značajnost razlike između napred pomenutih kontrasnih grupa učenika (fobične i nefobične) u načinu reagovanja njihovih roditelja na neuspeh

lupa srce, teško dišu, guše se), zatim sledi motorni nivo (namerno kasne u školu, "beže" u bolest, drhte prilikom odgovaranja, kriju pogled od nastavnika, da ih ne bi pitao)

VEĆA ZAHTEVNOST RODITELJA - SLABIJI USPEH DECE U ŠKOLI



traživanja Slađane Golubović, školskog psihologa osnovne škole "Sreten Mladenović Mika" u Nišu. Istraživanje je sprovedeno pod okriljem Društva bihevioralne teorije i prakse. Ispitano je 110 učenika, korišćenjem testa koji je obuhvatio 15 različitih životnih situacija i koji je merio sva tri aspekta straha: kognitivni, fiziološki i motorički.

Pokazalo se da strahovi od škole, ukupno gledano, nisu mnogo izraženi na ovom uzorku školske dece. Naime, 12 učenika (11,1 %) je samoprocenilo da se u određenim situa-

ciacijama ponuđenim u testu.

Poređenjem ovih dveju kontrasnih grupa, vidi se da je razlika između njih u uspehu u školi, statistički značajna (slabiji uspeh imaju učenici s fobičnim reakcijama). Ispitivanje povezanosti na celom uzorku ispitanih učenika, takođe ukazuje na to da prisustvo školske fobije značajno ometa uspeh.

Poznato je da kazna izaziva osećaj straha. Da li roditelji svojim visokim zahtevima i strogim kažnjavanjem stvaraju fobičnu decu? Da bi se to

u školi i u stepenu zahtevnosti i očekivanja roditelja od dece. Dobijeni rezultati daju potvrđan odgovor na napred pomenuto pitanje. Naime, učenici sa fobičnim reakcijama značajno više su kažnjavani u odnosu na učenika bez fobičnih reakcija.

Pokazalo se, dalje, da su sva tri nivoa ponašanja u strahu približno podjednako zastupljena. Iako razlika nije statistički značajna, zastupljenost je najveća u korist fiziološkog nivoa (znoje se prilikom odgovaranja, osećaju mučninu, ubrzano im

i na kraju fobično reagovanje na nivou mišljenja (teško se uspravljaju strahujući da će dobiti slabu ocenu, zbog straha zaboravljaju gradivo, sanjaju da dobijaju ocenu, i kad se odmaraju, razmišljaju o školi i boje se).

Dobijeni rezultati očekivani su zbog utvrđenog traumatičnog delovanja kazne. S druge strane, postavljanje visokih zahteva od strane roditelja školskoj deci ima sličan efekat kao i samo kažnjavanje. ■

*Slađana Golubović,
psiholog*

Fobije ili bolesni strahovi mogu se javiti i na dečijem uzrastu. Jedan od karakterističnih strahova koji se javljaju u ovom periodu, i vezan je za školu, je strah od odgovaranja. U osnovi ove fobije leži strah od procenjivanja, te ga, s pravom, svrstavamo u krug sociofobičnih tegoba.

odjednom kao da više ne čujem i ne vidim. Srce mi snažno zalupa i preseče mi se dah. Postane mi vrelo u obrazima, ožnoje mi se dlanovi i tek onda kao da se iz daljine vraćam u učionicu. Naviru mi misli da ću nešto pogrešno da kažem, da ću ispasti glup, da će mi se smejati, pogotovu ako primete

raditi, posebno na motivaciji da odgovara naučeno gradivo, odnosno da ostane u situaciji straha, a ne da je izbegava. Ovo je važno uraditi s obzriom da reakcije izbegavanja pojačavaju strah, dok ulazak u njih i uspeh u prevazilaženju straha, dovodi do njegovog opadanja.

Ponekad je efikasno od-

njih. Potrebno je pomoći im da koncentraciju premeste i usredsrede na pitanje, time što će im se postavljati potpitanja, pomoći im da započnu s odgovorom, pogotovu porukama tipa "pomoći ću ti" i sl.

Svaki pozitivan pomak u odgovaranju biće podstrek i potkrepljenje za novo suoča-



Ovakva vrsta strahova najčešće se razvija u dece koja su zatvorena, nesigurna, plašljiva, preosetljiva na kritiku, koja potcenjuje sebe, ali i kod one s nedostatkom veština za ostvarivanje socijalnih komunikacija. Početak je obično povezan s nekom, za takvo dete, traumatskom situacijom - recimo podsmeh, kritika, ruganje od strane nastavnika ili vršnjaka. Strah se može razviti i nakon opservacije strašljivog ponašanja neke druge osobe u istoj ili sličnoj situaciji, ali i nakon nažalost veoma čestih informacija o školi i profesorima kao bauku.

Za neke učenike odgovaranje postaje prava mora, što ilustruje i ispovest jednog od njih: "Kada čujem svoje ime, kada me nastavnik prozove,

da sam poerveneo. Čujem svoj glas, noge me jedva drže, žurim da završim rečenicu i sednem. Ne znam šta sam rekao, tek kad sednem shvatim da sam mnogo više znao nego što sam uspeo da kažem." Važno je naglasiti da ovakva neprijatna doživljavanja na subjektivnom i vegetativnom nivou najčešće vode ka reakcijama izbegavanja, koje se mogu prepoznati u odbijanju, za čas spremnog deteta, da odgovara, pa i bežanje s časova koji su posvećeni obnavljanju gradiva. Nakon toga, može uslediti i kazna, koja dodatno doprinosi produblivanju tegoba.

Šta činiti u takvim situacijama? Najpre, treba prepoznati problem kod deteta i pomoći mu da ga prevaziđe. S takvim detetom treba obazrivo

stupiti od klasičnog ispitivanja s prozivanjem učenika. On može najpre da nešto ponovi, dopuni, pročita, i sl.

Važan je i stav nastavnika prema takvom detetu. Kruto, nedosledno, kažnjavajuće ponašanje, kritizerstvo i cinizam mogu samo doprineti nastanku straha i potpunog povlačenja i zatvaranja deteta.

S obzirom na to da se često u ovakve dece javlja i nedostatak samopoverenja i osećanje inferiornosti, delotvornije je hrabriti, isticati i hvaliti kod njih ono što su dobro uradili, nego li isticati za primer nekog drugog učenika koji dobro radi i snalazi se u školskim obavezama.

Koncentracija ove dece je, zbog izraženih telesnih tegoba, poput lupanja srca, crvenjenja, i uglavnom usredsređena na

vanje s neprijatnim strahom od odgovaranja.

Psiholozi i biheioralna terapija u ovakvim slučajevima mogu postići značajne rezultate. Asertivni trening i savladavanje relaksacione metode neophodni su ovim učenicima, jer je najčešće njihov centralni problem nedovoljna asertivnost u ponašanju. Treba ih naučiti da se nose sa svojim problemima, a ne da od njih beže. Ako steknu dovoljno samopouzdanja i razviju socijalne veštine, naročito veštinu komuniciranja, moći će konstruktivno da rešavaju sopstvene probleme, pa i da suzbiju strah od odgovaranja. ■

Mirjana Radisavljević,
psiholog

STRAH OD ODGOVARANJA - VID ŠKOLSKE FOBIJE



ZAVISNOST

Paradoksalno jeste, da je nehemijska zavisnost o kojoj se govori
od zavisnosti od alkohola, droge, cigareta, lekova i
veoma raznolika u svojim izrazima širi se poput pakla



OD ŽIVOTA

joj pišemo u ovom broju daleko zaraznija pojava komercijalnih proizvoda. Zavisnost ove vrste ove mreže preteći da postane globalni fenomen.

kolonizacija ljudskog duha

Ako se u kontekstu narkomanije i alkoholizma govori o uzimanju materija koje menjaju stanje svesti, u kontekstu medija može se govoriti o usvajanju sadržaja koji oblikuju stanje svesti.



Ivana Kronja,
filmolog

Nema sumnje da mediji mogu da proizvedu nešto što možemo nazvati psihološkom zavisnošću. Istraživanja, su pokazala da posebno mladi pate od ovakvih problema. Pre svega od prekomernog

gledanja televizije, bez obzira na sadržaj programa, što i upućuje na to da je reč o zavisnosti. Prekomerno gledanje televizije i igranje video – igara posle nekog vremena izaziva promene u psihofizičkom stanju deteta ili adolescenta. Javlja se nesanica, hroničan umor, otupelost i nezainteresovanost za druge ljude i svet oko sebe, kao i nemogućnost da se uči i da se fizički radi. Ovo su primeri najjače zavisnosti od medija, koja ima izrazito štetne posledice po fizičko i mentalno zdravlje mladih. Ali zavisnost od medija ne mora biti

ovako očigledna, niti se njeni loši efekti moraju ovako direktno ispoljavati, i ne samo kod mladih ljudi.

SAMOPOTROŠNJA LIČNOG ŽIVOTA

Da masovni mediji mogu da izvrše dubok uticaj na porodični život, pokazala su još prva sociološka istraživanja medija. Suština njihovog uticaja je u tome što radio i televizija, kao najmasovniji mediji, ulaze u same domove svoje

publike. Članovi porodice istina više ostaju kod kuće, ali time porodično jedinstvo ne dobija mnogo, jer se svaki član porodice zatvara u svoje ćutanje, kako kaže Žan Kaznev. Raspored utroška vremena počinje da zavisi od vremena emitovanja nekih emisija (npr. vesti). Ovo remeti dotadašnje porodične navike – leže se kasnije, pomeraju se, pa čak i ukidaju zajednički porodični obroci. Osim toga, porodica prestaje da bude oaza intimnosti, budući da je preplavljena javnim zbivanjima, ističe takođe Žan Kaznev u svojoj "Sociologiji radio-televizije" (1975).

Ali kao da se narod malo zasitio politike, budući da u njoj ništa nije uspeo da promeni, i okrenuo se "lakim" sadržajima sa punom zavisničkom strašću. Navedimo samo jedan primer. Nekada su TV-serije u nastavcima prikazivane jednom nedeljno. Danas se one prikazuju suludim tempom, iz dana u dan. U trećoj nedelji novembra 1998. godine, na trinaest TV kanala koji su zvanično dostupni gledaocima u Srbiji, prikazano je u toku jedne nedelje 246 nastavaka (što premijernih epizoda, što repriza) oko 50 različitih igranih (ili, u manjem broju, crtanih) TV serija. U toku jednog dana, prikaže se od 21 do 45 nastavaka raznih serija, od ranih jutarnjih sati (7.00), do kasno uveče. Najveći broj serijskih nastavaka u toku jednog dana prikazuje TV Pink, od tri vikendom do četrnaest nastavaka radnim danom. Za njim odmah slede Treći kanal, sa svojih šest do

osam serija dnevno, i TV Palma, s dve do šest serijskih epizoda u toku dana, a zatim i ostali kanali. Karakteristično je to što se svi ovi nastaveci različitih serija prikazuju jedan za drugim, nekad i po četiri različite serijske epizode bez pa-

U trećoj nedelji novembra 1998. godine, na trinaest TV kanala koji su zvanično dostupni gledaocima u Srbiji, prikazano je u toku jedne nedelje 246 nastavaka, oko 50 različitih igranih, TV serija. U toku jednog dana, prikaže se od 21 do 45 nastavaka raznih serija, od ranih jutarnjih sati, do kasno uveče.

uze, pa gledalac uz pomenute kanale može provesti i ceo dan, od jutra do mraka, gledajući serije.

Ovoliki broj serija na TV-u je zapanjujući. Pre svega, ne samo organizacija porodičnog vremena,

Naše stanovništvo je poslednje dve do tri godine izloženo gotovo brutalnoj akciji domaćih distributera da pošto-poto prikažu doslovce svaki komercijalni film koji se proizvede u Americi, pa onda eventualno i u još nekoj zemlji (npr. Francuskoj ili Španiji). Tu akciju čine maratonski reklamni blokovi na našoj televiziji posvećeni filmu, koji traju i po pola sata, kao i uvek iste emisije o tome kako se snimao film...

već sada i ličnog, intimnog vremena svakog pojedinca, ozbiljno je ugrožena ovakvom programskom TV-shemom. Opasnost koju ova pojava sa sobom nosi utoliko je drastičnija što se Srbija nalazi u velikoj ekonomskoj krizi i što je veliki broj ljudi, a posebno mladih, nezaposlen, budući da propala

ekonomija ne može da upotrebi njihove radne sposobnosti, pa oni najveći deo vremena provode kod kuće. U toj situaciji TV program se nudi, čak i nameće, kao najpristupačniji način ličnog strukturiranja vremena, koje je inače neophodno

za duševno zdravlje svakog čoveka. Ali ovakvo strukturiranje vremena nikako ne vodi u zdravlje; ono, naprotiv, samo još pojačava prazninu koju pojedinac oseća zbog neispunjene potrebe za samoafirmacijom, kao i zbog emotivnih i drugih uskraćivanja. Kič-kvalitet ovih serija upravo odražava unutrašnju prazninu – sadržaji serija su kli-

šeizirani, priča je trivijalna, a likovi su tipski i površno naznačeni. U psihološkom smislu, ove serije ne izdržavaju test realnosti: dok latinoameričke serije

(ranije "Kassandra", sada "U tuđoj koži", "Esmeralda", "Zlobnica", i druge) izražavaju naivnu ideju da lična dobrota sama po sebi garantuje, na kraju patnji, rešenje svih problema, zapadnjačke, u najvećem broju američke, serije ("Bliznakinja iz gimnazije", "The City", "Dosije iks",

i dr.) prikazuju hladan i otuđen svet u kome, i u školi, i na poslu, vladaju takmičarski duh i neiskrenost, u kome su ljudi demonski zli, a materijalno bogatstvo je u osnovi svih ljudskih motivacija. Ni jedan ni drugi ekstrem, naivno, infantilno dobro i apsolutizovano zlo, ne odgovaraju istini, jer život



nije, kao što znamo, ni crn ni beo. Kao ni biti samo iskren i dobar, bez adekvatne procene životnih situacija (suzdržanost i opreznost takođe su u životu potrebne). Međutim, ove serije se masovne gledaju, a široko rasprostranjena zavisnost od ove vrste utroška slobodnog vremena potvrđuje apokaliptičku tvrdnju sociologa Edgara Morena, da je potrošnja proizvoda masovne kulture danas postala *samopotrošnja ličnog života*. Poslednjih dana u našoj sredini (najverovatnije po ugledu na zapadne medije) pojavio se još jedan fenomen u vezi s aktuelnim serijama: novine ujutru objavljuju sadržaje večernjih epizoda najpopularnijih serija! Tako se gledaocu sugeriše da on u stvari ne može da izdrži da sačeka do uveče šta će se dalje dogoditi u njegovoj omiljenoj (ili, zapravo, nametnutoj) seriji, i omogućava mu se da svoje nestrpljenje zadovolji u sekundi.

Naravno, ako je preživeo prethodnu besanu noć, u kojoj se u znoju prevrtao po krevetu domišljajući šta će se dogoditi u sutrašnjoj epizodi. Ovakva praksa predstavlja dobar primer proizvodnje novih potreba kod potrošača radi ekonomske dobiti, ali i primer proizvodnje i podržavanja zavisnosti od medija, s nesagledivim posledicama.

BEG U DEVET SNOVA

Na sličnu situaciju nailazimo i kad je reč o filmovima. Naše stanovništvo je poslednje dve do tri godine izloženo gotovo brutalnoj akciji domaćih distributera da pošto-poto prikažu doslovce svaki komercijalni film koji se proizvede u Americi, pa onda eventualno i u još nekoj zemlji (npr. Francuskoj ili Španiji). Tu akciju čine maratonski reklamni blokovi na našoj televiziji posvećeni filmu, koji traju i po pola sata, kao i uvek

iste emisije o tome kako se snimao film... (naravno radi se o hollywoodskim filmovima), i pre svega ogroman bioskopski repertoar ispunjen uglavnom američkim filmskim hitovima. Kao i u slučaju serija, ovi filmovi su rađeni po već opobanim klišeima i malo se razlikuju jedan od drugog, pa se ponekad stiče utisak da gledate uvek jedan isti film. Ako su TV-serije iz ranije pomenutih razloga postale glavna kućna zabava, filmovi su iz tih razloga postali najdostupnija zabava kad se izađe iz kuće.

Dok su sadržaji serija trivijalni i možemo ih kritikovati kao kič-proizvode koji zaglupljuju, filmovi su u pogledu sadržaja ambiciozniji, ali i opasniji, jer nas **indoktriniraju**. Poznata priča o begu u svet snova koji dočarava film, a koji se (beg) naročito javlja u vreme ekonomske krize, i ovde stoji, samo što se umesto filmskih snova pre može govoriti o košmaru. Kako to reče Srđan Vučinić u tekstu "O apokaliptičnim dimenzijama savremenog angloameričkog filma" ("Reč" br. 14, 1995): "Iza uhodanih šablona sračunatih na povoljan prijem publike, može se uočiti jedna upadljiva dominantna: opsednutost zastrašujućim, užasavajućim sadržajima. Film kao obespokojavajuća zabava." Možda baš ovi sadržaji, kojima nas plaše, čine da se gledaoci toliko vezuju za filmove, jer u strahu čovek gubi samopouzdanje i lakše upada u zavisnost. I filmovi na televiziji imaju iste sadržaje. U poslednje vreme oni se iz neobjašnjivih razloga emituju gotovo isključivo u kasnim večernjim časovima (oko, i posle ponoći). Gledaoci naviknuti da gledaju filmove tako su prinuđeni da menjaju noć za dan.

Osim promocije nasilja, ovakva dominacija američkog filma u našoj kulturi otvara još jedan značajan problem – a to je problem američkog kulturnog imperijalizma. Kad znamo da Amerikanci

povrate sav novac uložen u film i najveći deo profita od njegovog prikazivanja ostvare već na američkom tržištu, onda vidimo da su njihove pobude da prikazuju toliki broj filmova na našem, za njih zanemarljivo malom tržištu, više ideološke nego ekonomske prirode. Već pomenuti Edgar Moren istakao je još 1962. godine da je američka masovna kultura prva univerzalna kultura u istoriji čovečanstva, te da njeno širenje po celoj zemaljskoj kugli predstavlja kolonizaciju ljudskog duha. I zaista, filmovi i TV-serije zapadne proizvodnje toliko nas detaljno informišu o zapadnom načinu života, da mi počinjemo da ga usvajamo kao najbolji i jedini mogući. Pri tome je slika zapadnog života toliko ulepšana i idealizovana, da ima malo veze sa stvarnošću. Utoliko pre, mi usvajamo prikazane ambijente – kuće u predgrađu, bogataške vile, oblakodere i policijske kancelarije, ali i kapitalističke vrednosti – beskrupuloznu borbu za status, ekonomski pogled na svet. Prihvatamo čak i način ophođenja, šminkanja i oblačenja. Paradoksalno je da naši ljudi, zahvaljujući televiziji, više znaju o životu u američkoj provinciji nego u unutrašnjosti Srbije. Moglo bi se verovatno reći i da više gledaju ljubavne filmove nego što vode ljubav. Ali možda je ipak najgore od svega što ovaj medijski paket osiromašuje našu maštu, oblikujući naše želje prema zapadnim medijskim uzorima. Prototip privlačne žene tako postaje plavuša sa silikonskim grudima, a teži se samo zanima-

njima koja su tržišno orijentisana (intelektualni i umetnički poslovi su u drugom planu).

Ne samo strani, već i domaći proizvodi masovne kulture, doduše po ugledu na njih, odišu kičem i problematičnim vrednostima. Čini se da što je proizvod gori, publika ga više traži.

Paradoksalno je da naši ljudi, zahvaljujući televiziji, više znaju o životu u američkoj provinciji nego u unutrašnjosti Srbije. Moglo bi se verovatno reći i da više gledaju ljubavne filmove nego što vode ljubav.

Fenomen turbo-folka koji je devedesetih godina osvojio Srbiju, upravo medijima duguje svoje postojanje. Nije važno kako pevači pevaju – za uspeh je potrebno da postanu medijske zvezde. Posebno

Čini se da što je proizvod gori, publika ga više traži. Fenomen turbo-folka koji je devedesetih godina osvojio Srbiju, upravo medijima duguje svoje postojanje.

pevačice niču na folk-sceni kao "pečurke posle kiše", i dok tekstovi pesama govore o naivnosti seoske devojkice, one na najvulgarniji način, oskudnom garderobom, izlažu svoje telo, svodeći ženu na kupovni objekat, pod uticajem zapadnog modela. Činjenica da je stil ovih "zvezda" lako imitirati, možda najviše doprinosi ogromnoj potrošnji i zavisnosti od

turbo-folka kod naših ljudi. Jedina konkurencija turbo-folku, u pogledu hipnotičkog dejstva koje ima na narodne mase jesu domaće igre na sreću, koje se takođe igraju posredstvom masovnih medija, i predstavljaju posebnu vrstu zavisnosti.

NEMATERIJALNO OBLIKOVANJE STANJA SVESTI

Najveći broj psiholoških i socioloških istraživanja na temu medija bavio se upravo sadržajem masovnih medija, koji plasiraju određene poruke i vrednosti. Mediji deluju u sadejstvu – istu poruku zajednički oblikuju TV, film, novine i časopisi, kao i delatnosti vezane za medije – na primer sport i moda. Sadržaji masovne kulture u najvećem broju slučajeva su sporni po svojim umetničkim dometima i kvalitetu psiholoških i moralnih poruka. Uprkos tome, oni savremenom čoveku predstavljaju najprisutnija uputstva za život i kao takvi stižu do najvećeg broja ljudi. Oni formiraju naš način mišljenja, i, ako hoćete, našu osećajnost, u tolikoj meri, da više ne možemo da mislimo i osećamo ništa osim onoga što nude. Novi sistemi komunikacije, kao što je Internet, iako imaju neke prednosti, mogu još više učvrstiti našu zavisnost od sredstava komunikacije i moćnih tehnologija. U svakom slučaju, uloga medija u našem psihološkom životu, bila ona pozitivna ili negativna, velika je i važna tema za razmatranje, koja se ubuduće neće moći zaobići. ■



Go To:  psihologijadanas@write.com

Internet - - opasna mreža

Zavisnost od interneta jeste impulsivno kontrolisano oboljenje, koje ne uključuje korišćenje opijatskih droga i veoma je slično patološkom kockanju. Neki ga zovu "Internet Addiction Disorder". Naučnici internet upoređuju s drogom i zbog toga nosi naziv bihevioristička zavisnost. Zbog njegovog psiho-stimulativnog dejstva možemo ga uporediti s marihuanom. Medjutim, bitna razlika izmedju ovih dveju zavisnosti je da zavisnik od interneta postaje totalno opsednut akcijom i aktivnošću koju mu internet pruža. Bilo koja aktivnost (sport, hrana, seks, rad, itd.) postaje zavisnost ako se ide u krajnost. Poslednja istraživanja pokazuju da prosečan internet zavisnik na teritoriji Engleske provodi najmanje 11 sati dnevno na internetu.





Suzana
Amvrosiou,
psihoanalitički
psihoterapeut

Internet je globalna kompjuterska mreža, koja povezuje računare u celom svetu i omogućuje direktnu komunikaciju između svakog od njih. Na internet je priključeno gotovo 100 miliona ljudi, a do 2000. god. očekuje se da taj broj bude 200 miliona. Internet postaje najveće tržište na svetu u svakom smislu, a pre svega u dostupnosti informacijama.

Za neke ljude internet je postao nezamenljiv u njihovom poslu, drugima omogućava pristup neograničenom broju informacija, ali istovremeno on postaje velika pretnja čoveku. Da li je stvarno opasan? Mnogi korisnici ga koriste bez ikakvih štetnih posledica, za njih je internet način komunikacije, nešto čime se oni bave povremeno. Za druge, on postaje zamena za realne životne odnose, postaje životna "opsesija". U toj fazi internet prestaje da bude "korisna stvar" i postaje objekat bolesne zavisnosti. U ovom članku će o tome biti reči.

Simptomi zavisnosti od interneta:

profil ličnosti zavisnika od interneta

- a) osoba je preokupirana internetom (misli o vremenu provedenom na netu i zamišlja s uzbuđenjem sledeće priključenje);
- b) potreba za stalnim povećanjem vremena, provedenom na internetu s ciljem zadovoljavanja;
- c) ponovljeni, neuspešni pokušaji kontrolisanja, skraćivanja vremena, ili potpuno prekidanje korišćenja interneta;
- d) osećaj uznemirenosti, potištenosti, depresije, ili razdražljivosti, pri pokušaju smanjivanja korišćenja interneta;
- e) ostajanje na netu duže nego što je planirano;
- f) izlaganje opasnosti ili rizikovanje gubitka značajne veze, posla, obrazovanja ili karijere, zbog stavljanja interneta na vrh liste imperativa;
- g) laganje članova porodice, prijatelja, kolega i drugih, u nameri da se sakrije istina o stepenu korišćenja interneta;

h) korišćenje interneta kao načina da se pobegne od problema, ili olakšanja osećanja bespomoćnosti, krivice, depresije, zabrinutosti;

i) totalna negacija zavisnosti.

soba za razgovor ili virtualna zajednica

Mnogi se sigurno pitaju šta je to što privuče jednog čoveka toliko, da postane zavistan od interneta? Neki od korisnika interneta razviju emocionalnu povezanost s prijateljima koje steknu na online¹ aktivnostima koje oni kreiraju na svojim kompjuterskim monitorima. Korisnici interneta uživaju u mogućnosti da upoznaju i vide druge korisnike, u druženju i razmenjivanju ideja kroz takozvani chat room² (soba za razgovor) ili "virtual communities" (virtualna zajednica). Te "zajednice" omogućavaju korisniku da pobegne od realnosti i potraži nove načine da zadovolji svoje emocionalne i psihološke potrebe, koje su veoma intimne, a manje opasne nego realne životne veze. Takođe, neki od zavisnika interneta, kreiraju "različite ličnosti" na netu, gde imaju mogućnost da menjaju svoj identitet i pretvaraju se da su neko drugi. Zavisnik obično prikriva svoje pravo ime, godine starosti, zanimanje, izgled itd. Osobe koje su usamljene i nesigurne u realnom životu, iskorišćavaju internet da isprazne svoja najdublja osećanja, svoje duboke tajne i skrivene žudnje. Ovo sve dovodi zavisnika do iluzije o intimnosti i kad realnost razotkrije nepostojanje brige i ljubavi od pripadnika "zajednice", zavisnik doživljava realno razočarenje i bol. Najopasniji rizik pri kreaciji ovih tajnih života, predstavljaju osobe koje pate od niskog stepena samopoštovanja, osećaja neadekvatnosti i straha od osude drugih. Takav negativan samostalni koncept dovodi do kliničkih problema depresije i uznemirenosti. Frojd je u svojoj teoriji o seksualnosti rekao da je seks primaran ljudski motiv, i ovo se dokazuje da je istinito u sobama za razgovor. Neki korisnici nalaze kibernetiku romansu kao najbolju vezu. Zato što je veoma teško razviti emotivan odnos na internetu. Ako "odnos" ne uspe, korisnik se samo isključi iz sobe za razgovor i kasnije proba nekog drugog.

seksualne fantazije na netu

Možemo slobodno reći da je cyber-seksualna zavisnost podgrupa zavisnosti od interneta. Istraživanja pokazuju da je 1 od 5 zavisnika uključen u neku vrstu seksualne aktivnosti online (prvenstveno gledanje cyber-porna

¹ Online, vreme koje se aktivno provodi na mreži, tj. na internetu. prim. prev

² Chat room, chat soba, virtualna soba za razgovor, u kojoj se vrši simultana tekstualna komunikacija između korisnika interneta; jedan od najpopularnijih servisa interneta.



Go To: psihologijadanas@writeme.com

i uključivanje u cyber-sex). Ranija istraživanja pokazuju da se muškarci uključuju u gledanje cyber-porna dok se žene uključuju u erotične razgovore. Cyber-sex omogućava anonimnost i daje zavisniku mogućnost da otvori svoje potisnute seksualne fantazije, bez straha da bude "uhvaćen na delu". U bilo kom vremenu, danju ili noću, zavisnik ima mogućnost da igra bilo koju od svojih seksualnih fantazija. Faktor seksualne anonimnosti i privatnosti daje zavisniku osećaj moći nad čitavim doživljajem. Pogledajmo sad polne razlike zavisnika. Muškarci više uživaju igrajući online igre, koje su pune moći i dominacije. Izgleda da muškarci vole taj aspekt nasilja i dominacije u kompjuterskim igrama. Takođe, cybersex je najposećenija aktivnost od strane muškaraca. Svi intervjuisani muškarci, oženjeni i neoženjeni, opisivali su do najsitnijih detalja, i s velikom uzbuđenošću svoje seksualne doživljaje na internetu. Na internetu oni dolaze do porno fotografija, video filmova, telefonskih brojeva, kataloga sa ženama za udaju, itd. Mada im najveće zadovoljstvo pričinjavaju sex chat sobe, gde ispoljavaju svoje seksualne fantazije. Žene najčešće traže podršku, prihvatanje, udobnost i ljubav u vezi koju su uspostavile u chat sobi. "Zajednice" daju ženi osećaj pripadnosti i mogućnost uživanja u druženju s drugima, bez opasnosti. Kao što smo ranije videli, muškarci traže cyber-sex, žene s druge strane, traže cyber-romansu. Chat sobe su izvanredan način da žena sakrije svoju fizičku nesigurnost. Kroz internet, žena dobija mogućnost da upozna muškarca bez, potrebe da bude viđena i prosuđivana. Generalno rečeno, žene uživaju u ovakvom odnosu zbog mogućnosti skrivanja njihovog fizičkog izgleda, otklanjanja socijalnih zabluda, da žena ne sme da uživa u sexu, što im daje mogućnost da upoznaju sebe u novom, otvorenom seksualnom izgledu. Muškarcima omogućava odstranjivanje napetosti, koja je često uzročnik skrivenih problema, kao što su prerana ejakulacija, ili impotencija, i takođe skriva njihov fizički izgled, pogotovu kod muškaraca koji se osećaju nesigurno zbog gubitka kose, veličine penisa ili povećanja telesne težine.

kockanje i trgovina iz dnevne sobe

Sledeća podgrupa zavisnosti od interneta je kompulzivno online kockanje, kompulzivno online kupovanje i

opsesivna online trgovina i aukcija. Svi ovi elementi imaju jednu zajedničku stvar, a to je pristupnost. Sve akcije zavisnik može bez problema obavljati iz svoje sobe, u toku lično isplaniranog vremena i u miru. Ne morate da idete napolje i čekate u dosadnim redovima, da bi ste kupili knjigu, kupićete je online. Kockar ne mora da rizikuje da ga neko vidi kako odlazi u kockarnicu, jer se može za iste pare kockati iz svoje sobe. Ovaj način dostupnosti predstavlja zgodnu priliku za kockanje, investiranje, kupovinu u bilo kom vremenu, danju ili noću. Takođe, ovde imamo i aspekt kontrole, jer se zavisnik nalazi sam ispred kompjutera i sam donosi odluke bez bilo čijeg uticaja, i to o veličini uloga, o veličini investicija, o izboru robe itd. Ono što je najbolnije za sve zdravstvene radnike danas, jeste širenje kompulzivnog kockanja, koje je već ranije označeno kao klinički problem protiv koga se svi već dugo borimo. Danas patološki kockari imaju još jedno sredstvo za zadovoljavanje svoje zavisnosti. Svakodnevno novi kockarski regruti dolaze na online kockarnice i troše svoju ušteđevinu bez kontrole. Mladi mogu ući u online kockarnice bez teškoća, pošto ne postoji limit u godinama. Ceo kockarski sistem uređen je do perfekcije i predstavlja ogromnu privlačnost za zavisnika.

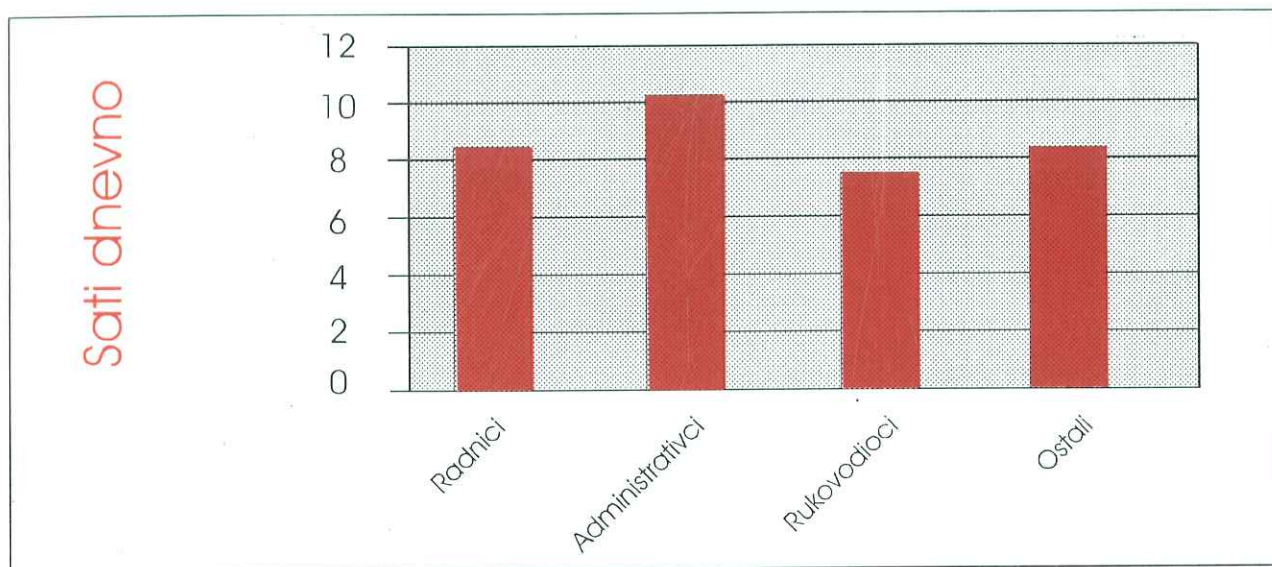


No, kao i svaka druga zavisnost, i zavisnost od interneta stvara probleme zavisniku i njegovoj okolini: porodici, vezi, školovanju, finansijama, poslu itd. Zavisnik ima poremećene odnose sa stvarnim životnim partnerom, zbog prevelike upotrebe interneta. Zavisnik takođe provodi više vremena sam, izolovan u sobi, a sve manje i manje vremena provodi sa stvarnim ljudima. Zapostavlja porodicu, ženu/muža i decu, i draže mu je da svoje vreme provodi u online aktivnostima. Finansijski problemi veoma su karakteristični i javljaju se ubrzo nakon nastale zavisnosti. Zbog dugog vremena na onlinu, zavisnik dobija visoke telefonske račune, koje obično pokušava da negira i prikrije. Najveći deo novca odlazi na internet kazina, gde se zavisnik kocka, na online kupovinu, gde zavisnik troši nekontrolisano svoj novac, preko kreditnih kartica. Na kraju, ne zaboravimo psihičke probleme, koji se javljaju zbog zavisnosti. Zavisnik je stalno preokupiran mislima o internetu, ima osećaj krivice zbog potrošenih para i strah da mora otplatiti dugove, pati od nesаницe prouzrokovane stresom i, najbitnije, oseća se veoma depresivno. Internet je

Sledeći podaci uzeti su iz Istraživačkog centra za zavisnost u Birmingham-u. Istraživanje je izvršeno u periodu od šest meseci, među zaposlenim stanovnicima grada i ostalim građanima.

Sadašnja istraživanja o korišćenju interneta među zaposlenima, pokazuju da u grupu zavisnika spadaju sledeće kategorije: niže kvalifikovani radnici, administrativni radnici, rukovodioci i ostali (domaćice, invalidi, penzioneri, studenti). Istraživanje pokazuje prosečne grupe zavisnika: 29 za muškarce i 43 za žene. Broj osoba uključen u istraživanje: 2570 muškaraca i 3920 žena.

a) Dužina vremena korišćenja interneta od zavisnika



b) Najposećenije stranice na internetu, od zavisnika:

Online kupovina	X			X
Online kockanje	X	X	X	X
Cyber sex	X	X	X	X
Sex chat	X	X	X	X
Prijateljski chat		X	X	X
Komp. igre	X	X		
Obrazovanje			X	
Sport	X			
Zanimljivosti		X		X
	Radnici	Administracija	Rukovodioci	Ostali

ogromna, moćna industrija, ako tako mogu da je nazovem, i samo je mali broj ljudi uvideo i shvatio problem zavisnosti od nje. Ignorancija je kao i uvek, prisutna. Ali tim ljudima, isto kao i zavisnicima od droga i alkohola, potrebna je pomoć. Danas u Engleskoj pomoć nudi samo kognitivna bihevioralna terapija i, koliko znam, to je slučaj i u USA. Porodica, iako želi da

pomogne, nema kome da se konkretno obrati, jer ovo nije samo problem s internetom već je reč o celokupnoj zavisnosti od kompjutera. Trenutno je jedino informativno mesto sam internet. Stoga, ako vam treba pomoć, možda je bolje da umesto vremena potrošenog na zavisnost, odete tamo gde vam neko može pružiti pomoć.

Ako ste se prepoznali u ovom članku, ili ako ste prepoznali nekog koga poznajete, ne čekajte! Zavisnost će ozbiljno ugroziti mogućnost funkcionisanja u realnom životu svakog zavisnika od interneta. ■

Moderno doba proizvodi specifičnu vrstu "karaktera", koji u fromovskoj terminologiji odgovara kibernetikom čoveku. Čovek gubi sposobnost za subjektivna doživljavanja i približava se pojavi koju je Spinoza opisao kao vrstu normalnog ludila.



KIBERNETSKI ČOVEK



Dr Miodrag
Stanković

e-mail: mpetar@kalca.junis.ni.ac.yu

Kultura modernog doba usmerena je na arhiviranje, sažimanje i kompresiju podataka, na pretvaranje sveta u bazu podataka. Krajnji cilj te transformacije ne nudi čovečanstvu ništa novo, već "staru imperijalističku umotvorinu" da: siro-

mašni treba da budu sve siromašniji, da bi bogati bili još bogatiji. Smisao hiperimperijalizma ne sastoji se u nametanju sopstvene kulture, već u dekulturnaciji; ne u širenju vojne sile, već u nametanju tehnološke nadmoći.

Krajem osamdesetih bipolarna podela sveta prividno se ukida i prećutno se uvodi nova: umesto sukobljenih blokova, sada imamo podelu realnosti. Na jednoj strani postoji "tradicionalna", a na drugoj visokosofistikovana, namerno izvrnuta i nakrivljena "virtualna" realnost – uobličena naprednim

tehnologijama. Umesto sukoba "naprednih" i "nazadnih" ideologija imamo sukob naprednih i zastarelih tehnologija. Ako ne postoji kompatibilnost tehnika, ako nema komunikacije, fizička bliskost ne znači više niša (S. Basara). Ovakva orijentacija nosi opasnost od gubitka iz vida ciljeva koji stvarno unapređuju i omogućavaju društveni opstanak. Za uobličavanje ciljeva zahteva se um, a um je više od inteligencije, on se razvija samo kad su emocije i mišljenje usklađeni i kad su oboje racionalni. Najveća opasnost pretili od onih koji nemaju istinske stva-

ralačke ideje i nemiran, pokretački duh, i koji nisu sposobni da izvrše nikakvu značajnu promenu koja bi koristila čoveku, jer ne poseduju ljubav prema životu, želju da služe njegovom odvijanju i razvoju. Kad patološki procesi postanu društveno oblikovani, oni gube svoj individualni karakter. Suprotno tome, bolesni pojedinac se dobro snalazi među svim drugim bolesnim, pojedincima, i ugodno se oseća među onima koji pate od istog nedostatka. Cela kultura se prilagođava toj vrsti patologije i pribavlja sredstva za pružanje svega onoga što patologija zahteva (E. Fromm 1973).

Promena tradicionalnih vrednosti i stvaranje instant mitova proizvodi i novu generaciju karakterološkog tipa ljudi – kibernetičkog čoveka. Takvoj kreaturi računari su predmet narcisoidnosti, koliko i on sam. Međutim, i ta samodovoljnost je sama po sebi posebna, jer je subjekt sam sebi predmet, svoje telo i veštinu, sebe samog doživljava kao instrument uspeha. Između njih (čoveka i mašine) rađa se simbiotski odnos. U takvom odnosu "majka priroda" postaje sekundarna. Tipična pojava je gašenje zanimanja za ljude i prirodu, sa sve većom sklonošću ka mehaničkim, neživim artefaktima. Kompjuter nije seksualni objekt, ali postaje ob-

jekt ljubavi (nekima život bez žene postaje podnošljiviji nego život bez kompjutera), što može poprimiti i domen perverzije, jer



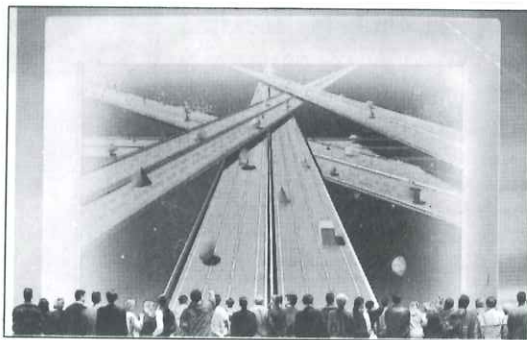
Kibernetički čovek ima tendenciju da se ponaša na rutinizovan, stereotipan i nespontan način. Postoji nedovoljno razlikovanje žive i nežive materije, nepovezanost s drugim ljudima, upotreba jezika je više za manipulaciju nego za komunikaciju i daleko je veće interesovanje za mehaničko nego za živo.

kompjuter postaje zamena za život. Seksualnost postaje tehnička veština (a kibernetičar postaje "ljubavna mašina"). Osećaji otupljuju i ponekad se zamenjuju sentimentalnošću. Radost, odraz intezivne živosti, zamenjena "zabavom" ili uzbuđenjem. Ako i ima neku ljubav ili nežnost, ona je upravljena prema kompjuterima, ili mašinama uopšte. Svet sve više postaje suma neživotnih artefakata; od sintetičke hrane do sintetičkih organa. Svet života postaje svet "neživota", čiji

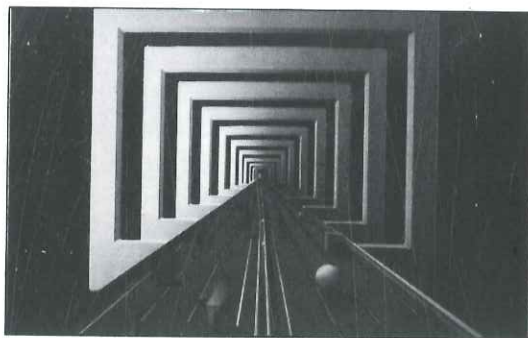
simboli postaju tastature, ekrani, miševi, plastika, staklo, tečni metal. Kibernetički čovek je gotovo isključivo cerebralno orijentisan, njegov pristup celom svetu oko njega, i sebi samom, je intelektualan (on želi znati šta stvari jesu, kako funkcionišu, i kako mogu biti konstruisane ili upravljane). Taj cerebro-intelektualni pristup javlja se zajedno sa odsustvom afektivne reakcije. Može se reći da su osećaji više presahli nego što su potisnuti; ukoliko su živi, nisu negovani i relativno

su sirovi, poprimajući oblik strasti, ili oblik uzbuđenja u seksu dobijajući na brzini i glasnosti. Kibernetički čovek ima tendenciju da se ponaša na rutiniran, stereotipan i nespontan način. Postoji, nedovoljno razlikovanje žive i nežive materije, nepovezanost s drugim ljudima, upotreba jezika je više za manipulaciju nego za komunikaciju i daleko je veće interesovanje za mehaničko nego za živo. Ovakve osobe mogu potpuno izgubiti sposobnost da stvari doživljavaju lično; subjektivno i sa srcem, što je Spinoza nazvao "normalnim" ludilom. To ne znači da je mana kibernetičkog čoveka manja od one takozvanog bolesnog čoveka, koji ne može doživeti svet "objektivno", ali koji je zadržao drugu ljudsku sposobnost, ličnog, subjektivnog, simboličkog iskustva.

Krajem osamdesetih godina radikalni tehnološki prevrat je u Jugoslaviji prošao neopaženo. Mali prljavi ratovi, za čijim se uzrocima tragalo i još uvek traga po bližoj i daljoj istoriji, još više su produbili odsustvo uvida u aktuelne tendencije geostrategije i globalne informatike. Srbija je na krajnjoj, tehnološkoj periferiji i ne nalazi se ni na kakvom raskršću. Izolacionizam i ksenofobija ovdašnjih plemenskih (para)političkih snaga – ukoliko prevlada – značiće nepovratno zatvaranje u ljušturu i pred-



Krajem osamdesetih godina radikalni tehnološki prevrat je u Jugoslaviji prošao neopaženo. Mali prljavi ratovi, za čijim se uzrocima tragalo i još uvek traga po bližoj i daljoj istoriji, još više su produbili odsustvo uvida u aktuelne tendencije geostrategije i globalne informatike. Srbija je na krajnjoj, tehnološkoj periferiji i ne nalazi se ni na kakvom raskršću.



stavljaće idealan softver ideja za kraj Srbije (S. Basara). To će biti obrazac za stvaranje Srbije u kojoj su uslovi za život takvi da Srbi moraju živeti negde drugde. Generalno uzev, Srbija ovakva kakva je nudi idealne uslove za stvaranje, civilizacijskih artefakata, jer je dozvoljena protivprirodna selekcija koja favorizuje pobjedu najgorih spermatozoida.

U Srbiji u kojoj fatalne latinoameričke Ciganke završavaju na omotima za dečje sveske, nastala je autohtona vrsta kibernetičkog čoveka. U vremenima kada je sedenje pred ekranom najupražnjavaniji vid

življenja preko posrednika, zaborav se najlakše pronalazi u istoj kutiji iz koje dolaze i one najstrašnije vesti. Rezultat je stvaranje kreature koja liči na mutiranog duhovnog kentaura (pola čovečijeg, pola magarećeg karaktera). Tvrdimo, dakle, da okolnosti oblikuju specifični vid novog srpskog karaktera koji se u izboru između života punog neživota i života punog života radije odlučuje za onaj prvi. Kibernetički mutant ove vrste ne zna nijednu pesmu (izuzev novokomponovanih), očajno priča viceve bez poente; emotivno je zakržljao kao žena koja radije menja stan nego život; lišen je bilo kakve topline; robotizovan je i neosetljiv, kao nemački

oficir iz Bulajićevih partizanskih filmova. U takvim osobama postoji nešto mrtvo, neživo, nezanimljivo. Takvi ljudi najčešće kažu da im je dosadno, retko priznajući da su oni dosadni. Ništa ih ne impresionira osim tehničkih dostignuća i bogatstva.

Poistovećivanje s takvom društvenom ulogom, s mešavinom osećaja neznatnosti, gubitka vlastitosti sa svođenjem sebe na stvar, čovek postaje "ono", ne-osoba, u potpunom egzistencijalnom raskolu, zaboravljajući da je osoba, potpuno ravnodušna prema budućnosti čoveka. ■

ŽENE ZAVISNE OD SLABOSTI MUŠKARACA



Prof. dr. Petar
Kostić,
psiholog

Kako prepoznati žene koje muškarce koriste kao narkomansku potrošnu robu. Za njih se u tekstu koristi metaforični pojam "kučke". Pre nego što naziv uvredi feministkinje neka pročitaju kraj priče. Za muškarce određenog psihološkog kova koristi se bogatija leksika poput termina "džukele", "ovce" i "ošišane ovce". Ništa u pežorativnom smislu. Samo kao pojmovi koji će bliže odslikati neke osobine ljudi.

Svakako je poznato da se u novije vreme sve više piše o "najdužem ratu" u istoriji ljudske civilizacije: sukobu muškog i ženskog pola. Potpuno je izvesno ko će biti pobednik; kao u svakom sukobu, pobeđiće jači: dakle, žene. Tvrđoglavo insistiranje na "biološkoj opravdanosti svekolike muške dominacije" kad se sve okolo ruši u istorijskom nastupanju ženskog roda, ili neinteligentno (ničim argumentovano) tvrđenje da su muškarci jači od žena, jednostavno nisu istiniti.

Ovim tekstom verovatno će biti povređeni i žene i muškarci. Očekujem da će tipična odbrana biti odbacivanje njegovog sadržaja, zbog subjektivnosti autora. Nažalost, nije! Tekst je zasnovan na naučnim činjenicama. Ne govori o svim ženama, već o jednoj njihovoj podvrsti (koju, po

gruboj proceni, čini oko 20% žena) koja je strateški mudrija i taktički lukavija od oko 90% muškaraca: one koriste mušku slabost da uvećaju svoju snagu, ali tako da u slasti pobeđivanja zastranjuju, drogirajući se muškarčevom slabošću. One su zavisnici, a svi su gubitnici. Kako

Tvrđoglavo insistiranje na "biološkoj opravdanosti svekolike muške dominacije" kad se sve okolo ruši u istorijskom nastupanju ženskog roda, ili neinteligentno (ničim argumentovano) tvrđenje da su muškarci jači od žena jednostavno nisu istiniti.

prepoznati žene koje muškarce upotrebljavaju kao narkomansku potrošnu robu? Za takve žene korišćemo, prividno pežorativan, termin

koji se često čuje u filmovima, ali i u svakodnevnom životu. Reč je o tzv. "kučkama". Ko su "kučke" i koja su njihova svojstva?

Njihova su dva svojstva međusobno kompenzatorna, a jedna osobina je intervenišuća varijabla. Kompenzatorna svojstva su fizička atraktivnost, koja nije napadna, i inteligencija koju one mudro prikrivaju "šminkom naivnosti". Međutim, moderator varijabla, koja "kučke" čini opasnim protivnicima, jeste intervenišuća osobina samodovoljnosti ili sebičnosti, s primesom psihopatske nemogućnosti davanja i primanja ljubavi – "veto na bliskost i iskrenost". Zašto su prva dva svojstva kompenzatorna? Zato što nijedno samo po sebi nije dovoljno, a oba su neophodna: glupa i lepa žena neće biti "kučka", već, eventualno, prostitutka, kao što

će, pod određenim okolnostima, superinteligentna i ružna žena postati, nesrećna intelektualka koju će koristiti manje pametne muške "džukele" za građenje akademske karijere ili sticanje novca. Ko je "džukela"? To je osoba muških seksualnih primarnih karakteristika i sekundarnih psiholoških svojstava "kučke": izbegava direktno sukobljavanje, krije sopstvena osećanja, laže i lažima manipuliše, vešt je s rečima... Da definišem i još dva međusobno slična pojma: "ovca" i "ošišana ovca". "Ovca" je, potencijalno, svaki muškarac, prirodna lovina "kučke". Ipak, za "kučke" su trofejni muškarci oni koji imaju neku komparativnu prednost, spram ostale muške sabraće, u vidu priznate snage:

Tekst je zasnovan na naučnim činjenicama. Ne govori o svim ženama, već o jednoj njihovoj podvrsti (koju, po gruboj proceni, čini oko 20% žena) koja je strateški mudrija i taktički lukavija od oko 90% muškaraca: one koriste mušku slabost da uvećaju svoju snagu, ali tako da u slasti pobeđivanja zastranjuju, drogirajući se muškarčevom slabošću.

novca, pameti, karijere, predaka, društvene moći, ili od svega toga pomalo. "Ošišana ovca" je muškarac koji je, mudrom taktikom "kučki", ostao bez komparativnih prednosti.

Ipak je sveti zadatak svake "kučke" da izazove muškarčevu slabost, da ga učini "ovcom" i da iz toga profitira. Naravno, opravdano se postavlja pitanje zašto bi ovo bila stalna karakteristika ponašanja nekih žena u relaciji sa svim muškarcima. Ili drugim rečima, zašto bi to bio oblik nehemijske zavisnosti nekih žena? Zato što ih takvo ponašanje snažno stimuliše, ima visoku otpornost na gašenje, postaje stil življenja, postoje neodoljiva potreba "kučke", premda "njeno fizičko stanje nije promenjeno". Ukratko, jednom "kučka" – celog života "kučka".

Kad često šiba veći broj muškaraca, "kučka" se ponaša kao da je pod uticajem droge sa stimulativnim svojstvima. Marić VH. piše da "kokain, ekstazi, amfetamin – deluju stimulatивно", i objašnjava da hemijski stimulirano stanje osobe – prati osećaj snage, moći, euforije, snažno zadovoljstvo sobom i prava grandioznost". To je, po mom mišljenju, dosta tačan opis i doživljavanje "kučke"

kad manipuliše muškarcima. "Aktivna opijumska supstanca" muškaraca za "kučke" nije seks, već njihovo divljenje, "gutanje pogledima" i uopšte bihevioralni znaci slabosti koja se graniči s umnom poremećenošću. "Kučke" žele pažnju onih muškaraca koje ne mogu da smisle, kao partnere. Drugim rečima, "kučkama" je seks samo sredstvo. To što muškarci skoro nikada ne uspeju da dopru do ovog nivoa razumevanja, još je jedan dokaz njihove intelektualne ograničenosti, barem u sferi logike.

U fazi mamljenja i zavodjenja "kučke" se ponašaju kao sve žene: nežne su, podatne, ugadaju – ali maksimalno odlažu trenutak fizičkog susretanja s partnerom. To ipak čine u optimalnom trenutku kad partner počne da gubi nadu i motivaciju.

"Kučka" ga proračunato ugosti na raskošnoj trepezi telesnosti – "ovca" se u nju zakuća svom snagom svoje ljubavi, i tek tada (i to polako) ona počinje da mu otvara vrata pakla. Ovaj model ponašanja odlikuje one "kučke" koje umeju da uživaju u telesnosti. Verovatno nema muškarca, pogotovu mlađeg i sigurnog u svoju polnu ulogu, koji neće biti omađijan ovom čarolijom.

Čak i zavodjenje "nasuvo" praktikuje tip "kučki" koje ne uživaju u fizičkoj ljubavi, ali imaju samopouzdanja na pretek. One smatraju da je fizička prisnost nepotrebni izliv "osećanja" koji je "stranputica na pravom putu". Zgodno telo je samo platno na kome se, "nasuvo" projektuju suvoparni verbalni mamci.

"Kučka" obaspe "ovcu" svojim prisustvom i nagrađujućim verbalnim dražima, i čini to sve do trenutka kad proceni da je "ovca" postala od nje zavisna. Tada, jednostavno zavrne slavinu reči – "ovca" u čudu bleji – gde si, kako si, što radiš – zašto se, zaboga, ne javiš?! Čak i kad nisu psiholozi, "kučke" odlično poznaju snagu promenljivog racija – potkrepljenja: muškarac je primoran da stalno igra i ulaže, da bi ponekad dobio. Samouverenost im je potrebna da bi se uverile da je njihovo prisustvo u vidokrug muškarca-mete velika

nagrada i da ne treba ništa više da ulažu u vezu, sa partnerom. Ova podvrsta "kučki", najčešće, bira muškarce nesigurne u svoju polnu ulogu, cikličnog (depresivno-maničnog) mentalnog sklopa i "gubitničke" slike o samom sebi, nezavisno od objektivnih referenci uspešnosti.

IGRE "KUČKE" I "OVCE" U TERMINIMA S-R PSIHLOGIJE

Kada se zaigraju "kučke" i "ovce" zbivaju se socijalni patološki procesi, najčešće, u višim akademskim i poslovnim krugovima. Naredna tabela prikazuje S (stimuluse) koje "kučka" emituje, R (reakcije) koje, obično bezuslovno, odašilju "ovce" i mehanizme koji ih sjedinjuju, čineći da igra teče glatko i regularno.

Tabela 1: Kako se igraju uloge "kučki" i "ovaca"

"Kučka" emituje draž (S)	"Ovca" odgovara reakcijom (R)	Hijerarhija mehanizama
sekundarne seksualne karakteristike, ređe primarne	Salivira, balavi	1. Požuda
isto (kao gore), ali su draži usmerene drugim, fizički prisutnim, "ovcama"	"Ovca-meta" peni i besno riče: "Kučko!"	1. Ljubomora
nežni pogledi i osmesi su pravi, a uzdasi (u bliskom kontaktu) - lažni	"Ovca" odgovara isto, ali odistinski	3. Ljubav
slabost, suze, očajanje	Odgovara snagom, nudi zaštitu	4. Samilost
superiornu snagu i samostalnost	Pokorava se	5. Strah
šarmantnu manuelnu nespretnost	"Pusti, ja ću to!"	6. Pomoć
privlačnu društvenu otmenost	"Molim te, prati me"	7. Sujeta

Ova tabela traži objašnjenje u sedmom mehanizmu veze. Stvar je pro-

Sveti je zadatak svake "kučke" da izazove muškarčevu slabost, da ga učini "ovcom" i da iz toga profitira.

sta: šta će ti moć, vlast i novac ako ih ne pokazuješ prisustvom zgodnih žena. Kako, inače, objasniti uspeh agencija koje nude "poslovnu pratnju" onim biznismenima koji to sebi mogu da dozvole?

Ja mislim da muškarci ipak uspevaju da otkriju manipulaciju. Tad se "kučka" brani lažima. To joj nije teško, s obzirom na kasnije navedena svojstva vrste (žene) i podvrste ("kučke"). "Kučke" najčešće lažu, tako što menjaju mehanizam kontrole "ovcinog" ponašanja: ako "ovca", na primer, ne reaguje očekivanom požudom, "kučka" pokreće mehanizam samislosti ili ljubavi. Retko se dešava da svih sedam mehanizama jednovremeno otkazu – uvek nešto "upali". Naravno, takvo ponašanje nije dosledno, ni logično. Žene često, a "kučke" uvek, imaju pravo da ne budu logične.

U suštini, mudre "kučke" adekvatnom emisijom navedenih signala (draži), uz suptilno psihološko pokretanje samo ovih sedam mehanizama, mogu od muškarca – pametne "ovce" – napraviti manifestnu "ovcu". U suštini sve "kučke" pokazuju manje ili veće nipodaštavanje, prezir, mržnju, pa i gađenje prema muškarcima. To ima svoju funkcionalnu vrednost. "U svakoj trgovini važno je da ti se mušterija gadi, jer joj na taj način daješ najmanje vremena, a uzimaš najviše para."

Sve grabljivice, pa i "kučke", imaju svoje prirodne neprijatelje. To su starenje muškarca i njeno, sopstveno, zaljubljuvanje. "Olinjala kučka", u nemogućnosti da tlači muškarce, i telom i duhom, sve snage prebacuje na umnu stranu. Postaje militantna feminiskinja, mitinguje za "rat protiv muškaraca", muževe izluđuje, a usedele "kučke" koriste svaku (ne baš čestu) priliku da napakoste stalnim ili povremenim partnerima. Omatorele "kučke" su netolerantne i ojadene. "Olinjala kučka" s porodicom i potomstvom, drži samo unuke (ne unučad) na krilu i priča im o svojim slavnim poredama i pohodima protiv muškog roda, šireći tako duh "kučke" s kolena na koleno.

Ali često "kučke" postaju silovana ločina "džukela", zato što su preterano samouverene, nekritične i onipotentno umišljene, da su svi muškarci "ovce" koje se lako daju "ošišati". Zato ih "džukele" ponekad prizemljuju.

Možda je istinska ljubav, kad ih zadesi, najveće iskušenje: zaljubljena "kučka" je "klinički mrtva". Kučke se, najčešće, zaljubljuju u pametne muškarce koji ih i fizički zadovoljavaju, zato što telesno zadovoljstvo stavlja "pečat na emotivnu bliskost", čineći "kučku" beskrajno podatnom, ali i ranjivom. To je zbunjuje i povređuje. Zato se ponaša nedosledno: čas ljubavniku pruža zvezdane trenutke života, čas ga pakleno muči. U bliskom susretu nežna je zato što je nesposobna da, taktički ispravno, koristi svoju zlu "bihevioralnu opremu". Ona to pokušava, ali telo ima svoje probudene potrebe, zato, ako muški partner ne napravi grešku u pristupu, ona se lako podaje: fizički zadovoljena, a psihološki frustrirana osećanjem slabosti i nemoći, posle vođenja ljubavi, brzo se oblači i beži, zato što partnerova tragična privlačnost gubi snagu s kvadratom fizičkog rastojanja. Dakle, u fizičkoj blizini zaljubljena "kučka" reaguje telom žene, a iz daljine dušom "kučke".

VEĆI BROJ RAZLOGA ZBOG KOJIH SU ŽENE ČEŠĆE "KUČKE" NEGO MUŠKARCI "DŽUKELE"

Ovde ću navesti razloge zbog kojih mislim da žene imaju biološki kontrolisane mogućnosti da postanu "kučke" pre nego muškarci "džukele".

Lako je u literaturi naći prvi razlog koji Toševski, neopravdano izjednačuje s karakteristikama ženskog pola i naziva terminom "biovlast – seksualnosti". Građa i specifična pozicija ženinih polnih organa (skrivenost i nepristupačnost) čine je neophodnim saradnikom u heteroseksualnom odnosu. Ova činjenica daje moć i mogućnost da žena ponekad, a "kučka" uvek, manipuliše. Manipulacija se ostvaruje trostruko: primamljivanjem, obećavanjem i spajanjem.

Emocionalnost bolje kontrolišu žene: Rubin Z. iznosi podatak da se

mladići lakše zaljubljuju i više pate zbog raskida veze. Manje sistematična, ali tačna, su tvrđenja da žene nikad ne napuštaju muškarca – tačnije je reći da one odlaze s drugim. Profesor Zdravković J. navodi tri podatka koje koristim u prilog svoje teze: a) mlade žene su manje orgazmične (upravo kad su – ako su – "kučke" u njima; b) u korenu frigidnosti mnogih žena je strah da će im partner, ako im priušti orgazam, nametnuti kontrolu, i v) mnoge "ledare" imaju intenzivan strah od gubitka samokontrole ako bi se bezrezervno podale muškarcu. Zapravo, tek kad se zaljube, žene počinju da trpe zbog sopstvene polne neosećljivosti. Poznato je (prema Boaru i Blondelu) da su ruske "lastavice" – agenti KGB-a – obučavane da glume orgazam da bi mogle, u špijunskim zadacima, da funkcionišu razumom, nepomućenim sladostrasnim osećanjima.

Osim verovanja ništa ne govori u prilog jače biološke snage muškog pola. Verovatno zato, neke žene biraju gerilsku taktiku "kučki", zato što im je suđeno da žive u svetu u kome dominiraju slabiji muškarci. Evo nespornih činjenica o biološkoj snazi žena: rađa ih se 5% manje, a ima ih barem 10% više (i kad nema ratova), otpornije su na bolesti i duže od muškaraca žive, tri puta ređe "stanuju" u duševnim bolnicama. S druge strane, žene tri puta ređe izvršavaju samoubistvo, ali tri puta češće to pokušavaju. Razlozi za ovu, naizgled protivurečnost, sadržani su u tabeli, (demonstrativnim pokušajima suicida "kučke" naj snažnije pokreću mehanizam muške samilosti).

Mišićna nadmoć muškarca i veća agresivnost zapravo su slabosti, zato što je slabija mogućnost kontrole agresivnosti i fizičke snage. Žene, inače, nemaju potrebe za sirovom snagom, jer upotrebljavaju pamet. Pametne "kučke" su majstori da sopstvene želje učine muškarčevim potrebama, tako da je gola snaga ženama nepotrebna. Štaviše, i u spontanom seksualnom

ponašanju, ženska agresija je neceľishodna. Lorene K. kaže da ženina agresija sputava i slabi mušku seksualnost, dok naprotiv muška agresivnost potpiruje žensku ćulnost. Isti autor tvrdi da je pitanje dominacije u ljudskim vezama osnovni uzrok međupolnih sukoba, ali se žena bori indirektnom, a muškarac direktnom agresijom, i zato muškarac, najčešće, gubi. Žene uvek bivaju na sudu, pred 12-o ćlanom porotom, blaže nego muškarci osuđivane za isto krivićno delo, izuzev za ona u kojima je ženskost bila oruđe ostvarivanja "pro-



Emocionalnost bolje kontrolišu žene: Rubin Z. iznosi podatak da se mladići lakše zaljubljuju i više pate zbog raskida veze. Manje sistematićna, ali taćna, su tvrđenja da žene nikad ne napuštaju muškarca – taćnije je reći da one odlaze s drugim.

tivpravne dobiti", na štetu muškarca.

Žene su nadmoćnije u svim konkretnim intelektualnim delatnostima, u koje spadaju i društvene veštine. Doduše, muškarci su superiorniji u svim apstrakcijama. Žene imaju bolju manipulativnu sposobnost ruku i prstiju, što je nediskutabilna prednost u ljubavnim odnosima. Žene su rećitije i rećima postiću ubedljivost, ali i zavodljivost. Žene bolje raspoznaju stanja i ljudska raspoloženja, što je velika prednost u manipulacijama.

Žene odlićno barataju onim što Goleman D. naziva emotivnom prezasićenošću, jer se – "žene, za razliku od muškaraca, ne ustrućavaju da stupe u neprijatne prepirke".

Ženina seksualnost je višestruko nadmoćna nad muškom: multiorgazmićne su, nije im potrebno da vidljivo ispoljavaju snagu strasti i imaju, što je već više puta rećeno, sjajnu kontrolu poćzude. Samo muškarac ćiji je razum oslabljen poćzudom moće napisati sledeće redove: "Vagina – oltar pred kojim svi (muškarci) kleće i klanjaju mu se. Od dana kada nas izbaci iz sebe, mi uporno nastojimo da se vratimo u nju pomoću lukavstva, slatkorećivosti, udvaranja i komplimenata, ili, jednostavno – novcem. Muškarci su gubili imanja, kraljevi su abdicirali, brat je izdao brata, padale su vlade – sve zbog te male radosti kojoj tepamo maćka, maćkica, pićda, pićka, pićkica – i raj nebeski."

Doslovno u svim Bernovim seksualnim igrama žene imaju inicijativu (autor kao najčešće navodi sledeće igre: "pobijte se, vas dvojica", "sjaši vole", "femkanje", "ženska ćarapa" itd.). U pojmovnoj aparaturi ovog autora igre su zamena za iskrenost i prisnost, a po mom mišljenju "kućke" namerno odbacuju oboje, da bi zadobile moć. Džonson S. veli: "Priroda je ženama dala toľiko moć, da je vrlo pametno što im je zakon dao tako malo." Razliku između bioloćke i legitimne kolićine moći žene nadoknaćuju igrama. Korđa M., s pravom primećuje da žene i kad imaju ne-

spornu moć, ne pokazuju je u mućkim igrama moći, već u seksualnim, zato što "moćne kućke" doslovno vladaju "gvozdenom šakom u somotskoj rukavici", ne ćineći od sebe, mućkoj konkurenciji, mrsku metu, već poćeljnog saradnika.

Žene su, ćinom rođenja, potencijalno osposobljene za "misterije izlućivanja" i "indirektnu komunikaciju". Izlućivanje i indirektna komunikacija oblici su ponašanja u naznakama, nedorećenostima, u kontekstu, gestovima, kretnjama, polurećenicama i aluzijama. Ipak, postoje verbalno-bihevioralne sekvence ponašanja, koje pojedinca, samo one, i samo njih, dovode do ludila. Drugim

rečima, svako ima svoju ličnu jednačinu izludnosti:

"kučka" vam je otkriva preciznošću laboratorije i koristi je kad joj to uredba. Istini za volju, autor ovih pojmova, S. Milenković, ne daje mi osnove da ove dve veštine pripisem samo ženama. Ja to ne činim: jedino "kučke" obema vladaju do perfekcije. Zapravo, obe veštine su sublimacije svega pobrojanog i čista suština snage intelekta, logike konkretnog i upravljanja sobom, naspram nesavršenosti muških entiteta.

Da zaključim, ako želite zanimljiv život gubitnika, ako maštate o mazohističkim slastima, odaberite "kučke" za partnerke – one će vam sve želje uslišiti. Prosečan muškarac (od onih 90%) nema nikakvih šansi da pobedi "kučku", a da joj ne promeni lični opis neinteligentnom snagom sopstvenih šaka. Bedna manjina muškaraca dorašlih "kučkama", ako se ne računaju njihova braća "džukele" ("muške kučke"), moraju biti praktično (ne statistički) značajno superiorniji u oblasti glave, noćvčanika i prepona (količine nisu merilo, već kvaliteti), da bi se mogli kako-tako nositi sa ženama koje "igraju prljavo", kako kaže Nikolson (Džek), veliki empiričar u oblasti moga istraživanja. Na kraju, tekst ilustrujemo dvema od mnogih, životnim pričama "kučki".

Prva priča: Kako je jedna "kučka" silovana?

Imala je pre tog zadesa jednu televizijsku promociju: "vrtela se", večerima, na I programu RTS-a, krajem sedamdesetih godina, pred

Evo nespornih činjenica o biološkoj snazi žena: rađa ih se 5% manje, a ima ih barem 10% više (i kad nema ratova), otpornije su na bolesti i duže od muškaraca žive, tri puta ređe "stanuju" u duševnim bolnicama. S druge strane, žene tri puta ređe izvršavaju samoubistvo, ali tri puta češće to pokušavaju.

svaki dnevnik u 19.30, reklamirajući jednu fabriku nameštaja s beogradskog sajma. Slučajno susreće tipa koji se, navodno, bavio režijom TV spotova. Posle pića u kaficu, on predlaže da pođu "kod njega na kafu", da pogledaju uzorke scena za njen "book". Ona nije naivna, ali pristaje – "smislicu već nešto" – misli u sebi. Kad su stvari krenule onako kako se i pretpostavlja, ona se žestoko uskopisti i.



Lorenc K. kaže da ženina agresija sputava i slabi mušku seksualnost, dok naprotiv muška agresivnost potpiruje žensku čulnost.

prisebno, počinje da zapomaže. Opa-lio joj je samo jedan šamar, uz verbalnu instrukciju: "Ti radi šta god hoćeš, ja ću da te j..." I bi tako!

U ovoj priči moj komentar je izlišan, ali ne i njen: "Seks mi nije bio prvi put, jesu batine. Da sam se duže opirala više bih bila povređena, a i kući bih zakasnila." (Imala je strogo oca).

Druga priča: druga "kučka sredila je džukelu" u pokušaju silovanja.

Preskočiću uvertiru, uz opasku da ni ova junakinja nije bila naivna.

mlako opirala pri svlačenju. To je "džukelu" žestoko napalilo. On se je svukao, a ona je, polusvučena, pogledala u ... i zacenila se od smeha do suza. Ona se smeje, smeje, smeje... A onda, naglo se uozbiljivši, pita ga: "Zar je to sve što imaš?! Meni se ne isplati da se svlačim, ti kreni ako si siguran da sam ti dovoljno privlačna." Nije bio siguran, a i da jeste, čemu? Egzekutivni organ je, odjednom,

postao potpuno "obeshrabren".

Komentar je umesan: silovanje nije seksualni čin, već čin nasilja. "Džukele" se pale na strah, očaj i suze, a ne na psihološko-fizičke atrakcije žrtve. Naša junakinja je odbila, namenjenu joj, ulogu očajnice i preotela njegovu ulogu seksualnog agresora. Time je poništila polaznu paradigmu silovanja kao agresivnog čina, tražeći "kaobajagi" kvalitetan seks.

Da zaključim: budući da su muškarac i žena povezani beskonačnom ljubavlju, kojom se, biološkim zakonima, produžava ljudska vrsta, krajnje je vreme da prestanu da se međusobno zloupotrebljavaju (muškarci ženinu iskrenu ljubav, a žene muškarčevu slepu požudu), radi uživanja u sticanju moći, da jedni druge ne doživljavaju kao neprijatelja već da i "drugu stranu", kao sebe same posmatraju u ogledalu kratkog i, božjom voljom, ograničenog života. ■

Fenomen afektivnog vezivanja označava odnos prema drugome. Najslikovitije ga ilustruje činjenica da se malo dete emocionalno vezuje za majku i druge osobe iz svoje okoline. Ova rano stvorena veza prati nas kroz odrastanje, bojeći sve buduće odnose, način mišljenja i ponašanja.

EMOCIONALNA VEZA

ili zašto je važno vaspitavati dete za



Tatjana
Stefanović
Stanojević,
psiholog

DA LI SE LJUBAV HRANI MLEKOM?

O čemu je zapravo reč? Otkud potreba za emocionalnim vezivanjem? Tragajući za poreklom afektivne vezanosti, naučnici su izveli i ovakav eksperiment:

Tek rođene majmunčice odvajali su od majke i stavljali u kavez s dvema veštačkim majkama. Jedna je bila od žičane konstrukcije, s flašicom mleka, a druga platnena i mekana, ali bez ikakve hrane. Da li su se majmunčići vezivali za "žičanu majku", jer im je obezbeđivala zadovoljavanje primarne potrebe, potrebe za hranom? Ne, nisu! Dane su provodili na mekanjoj, toploj majci, odlazeći do flašice mleka samo kad su gladni.

Izgleda da su "zavoleli" supstitut za majku od platna koji nije

mogao da ih hrani. Izgleda dalje, da je potreba za afektivnim vezivanjem primerna, urođena potreba! Zadovoljavanje bazičnih potreba dece uslov je normalnog odrastanja.

Dakle, držite dete na rukama i van situacije hranjenja, dodirujte ga i van obaveze menjanja pelena... tako se zdravlje raste.

RADNI MODEL MAJKE


Krenimo sada dalje i pogledajmo šta biva s emocionalnom vezanošću kroz razvoj, kroz odrastanje ljudske bebe? Sada već legendarni Đ. Bolbi, teoretičar i istraživač fenomena afektivnog vezivanja, kaže da se kod deteta, na osnovu ponavljanih, svakodnevnih iskustava s osobom koja brine o njemu, razvija unutrašnja reprezentacija te osobe, odnosno RADNI MODEL. Dalje razrađujući ovu ideju, Bolbi opisuje tri dominantna modela funkcionisanja u primarnoj dijadi.

1. Sigurne bebe razvijaju modele sigurne majčinske dostupnosti, zahvaljujući ponavljanim iskustvima majčine osećajne rezpozivnosti. Kako to konkretno izgleda? Kako se, recimo, igra sigurna beba? Samo ova beba u stanju je da se "zaigra" i privremeno zaboravi na majku. Samo ova beba zna da je

osoba koju voli pouzdana i dostupna i da će ponovo biti s njom kad je se seti i potraži.

2. Nesigurne, povučene bebe kroz svoja svakodnevna iskustva razvijaju radne modele majki kao dosledno odbijajućih. Ovo rano osećajno lišavanje, nekada vezivano samo za odvajanje deteta od majke, a danas vezano i za formalno kompletnu porodičnu sredinu, poznato je i kao fenomen HOSPITALIZMA. Reč je o najčešće nesvesnom agresivnom stavu majke prema detetu, reč je i o visoko anksioznim, manifestno prebrižnim majkama... Varijacija ima mnogo, zajednički je doživljaj deteta da majka dosledno ne odgovara na signale koje joj upućuje (plač, osmeh...). Zajednički su simptomi (ekcemi, kolike...), ali i mehanizam dečjeg "nemirenja" sa situacijom odbacivanja. Počinje fazom protesta, neprihvatanja, prelazi u stanje akutnog bola, nesreće, očaja i završava se fazom u kojoj se dete ponaša kao da mu ni do čega i ni do koga nije stalo. I sve to u prvoj godini života.

3. Nesigurne, ambivalente bebe razvijaju radni model majki kao nedosledno dostupnih. Beba je, znači, nesigurna u dostupnost majke, jer majka reaguje selektivno na bebine signale (plač, osmeh...).



ANOBI

ANOBIS samostalnost

Prema teorijama učenja, neredovni (nepredvidljivi) režim potkrepljivanja održava reagovanje, u ovom slučaju afektivno vezivanje. Posledice zasnivanja ovakvog radnog modela su višestruke: beba razvija izraženije emocionalno vezivanje za majku (emocionalno zavisnija, tzv. lepljiva deca). U strahu da će izgubiti majku, pojačano je nadgleda. Naravno, sva ova pažnja, usmerena ka majci, znači nedostatak pažnje, interesovanja za sredinu (slabiji razvoj istraživačkih sposobnosti).

Kako ovakvo dete konkretno izgleda? Prepoznaćemo ga recimo u parku, u gomili druge dece kako, nesigurno, okleva – da se zaigra, ili da ostane uz majčinu suknju. Razlikovaće se i njegova zaigranost: površna, ambivalentna, "s pola snage". Ostatak energije vezan je za kontrolisanje majke.

I u igri s vršnjacima, biće karakteristično: izmamljivaće "negujuće ponašanje od sigurne dece, biće zahtevno prema povučenoj deci.

Roditelji i nastavnici uglavnom ga opisuju kao plašljivo, nesigurno, inhibirano dete, okupirano osobom za koju je vezano.

AFEKTIVNA VEZANOST U RODITELJSKOM DOBU

Ili: "Ne trči, oznojićeš se!"

Šta se dešava u daljem razvoju? U kakve ljude odrastaju različito emocionalno vezana deca?

Prvi model je najjasniji, jer sigurna deca rastu u sigurne ljude. Njihovi kapaciteti da izađu na kraj sa životnim teškoćama su veliki i neopterećeni tragovima detinjstva. Fazno dozirana uskraćivanja dovoljno dobre majke (good enough mother) osnova su sigurnog odrastanja i osamostaljivanja.

Nesigurna, povučena deca odrastaju u krute, odbrambeno fokusirane ličnosti. Štit koji su podigli u detinjstvu, ne bi li preživeli traumatična uskraćivanja, ne odgovara realnosti, ali "čuva" od dalje razgradnje. Ono što nisu dobili (kapacitet za emocionalno reagovanje), ne umeju ni da daju. Uz njih, a bez njih, rastu njihova deca!

Nesigurna, ambivalentna deca i kao odrasli ljudi ostaju preokupirana svojim odnosom sa roditeljima. Blokirani besom, nerazrešenim konfliktima, preterano uključeni u primarni odnos, nemaju energije za situaciju "ovde i sada". Naravno, sve ovo prenose deci, U interakciji s detetom,

kao da stalno imaju "loš tajming". Znači, ne reaguju na signale koje dete šalje, nedostupni su kad su potrebni, a čak i previše uključeni onda kad dete to ne želi. Njihovu pažnju posebno privlače ispoljavanja straha kod deteta i tada obavezno reaguju. Ali, umesto da ohrabre dete u naporu da prevaziđe strahove (što je značajan emocionalni indikator odrastanja), oni ga prezaštićuju, blokiraju, ometaju mu istraživačko ponašanje. Da li ste već čuli, ili i izgovorili rečenice tipa: "Ne idi na tobogan, znaš da se plašiš", ili: "Ne trči oznoji ćeš se!"

Na ispoljavanje inicijative i entuzijazma dece, naravno propuštaju da reaguju. Najbanalniji primer ovde bila bi deca kojoj nije "dozvoljeno" da jedu sama onda kad to žele. Deca brzo shvataju (ili osećaju) porodičnu dinamiku i svoju ulogu u njoj. Emocionalna zavisnost, tada je "cena" koju plaćaju da bi od ambivalentnog roditelja bili voljeni. Njemu za ljubav ostaće mali, nesigurni ili nespretni, bolešljivi, ili...

Zašto je važno vaspitati dete za samostalnost? Koliko je važno dati detetu "dozvolu" za odrastanje? Potražite se u ponuđenim modelima i imaćete bar neke odgovore.■

Misterija Minhauzenovog poremećaja

simulacija i laž

u medicini



Prof. dr.
Srbobran
Miljković



Dr Ana
Đorđević

Očajni? Da, i više nego što možemo zamisliti! Ko? Pacijenti? Ne, direktori Fondova socijalnog osiguranja. Ovo se dešava u Americi.

Stručnjaci u SAD-u procenjuju da 1% svih bolnički lečenih pacijenata glumi svoju bolest. Troškovi lečenja ovakvih pacijenata mogu dostići i do 6 000 000 \$ po osobi.

Ovim pacijentima ne nedostaje mašta: namerno iskrvare do anemije, a onda se obraćaju lekaru; tajno uzimaju laksanse, a žale se na uporne prolive; glume napade tako

Mladu službenicu J. napustio je momak. Očajna je. Na poslu objavljuje da je obolela od raka dojke – terminalni stadijum. Odlazi na grupnu terapiju za obolele od raka, šiša se do glave ("hemoterapija"), drži dijete (smršala 30 kg) da bi potkrepila sopstvenu iluziju bolesti i stekla simpatije i sažaljenje na poslu...

ubedljivo, da ih neurolozi istog trenutka hospitalizuju pod sumnjom na padavicu...

Dobra vest: ovaj fenomen konačno izlazi na svetlost dana. U poslednje vreme u mnogim zemljama novine, časopisi i TV emisije ukazuju na sve veću učestalost ovog poremećaja. Istovremeno, obolelima od lažnog poremećaja ukazuje se na to da, ma koliko "uvrnuto" njihovo ponašanje izgledalo i njima samima, može im se pomoći.

Inače, gospođica J. izlečena je antidepresivima i psihoterapijom. Bolest se nije povratila...

LAŽ U MEDICINI

Stvarno naspram nestvarnog, istina naspram laži. Od vremena kada je čovek smislio prvu reč, a

pero filozofa prvi put dotaklo list papira, ova konceptualna dihotomija prožima misao i dominira brojnim raspravama. Osim ove epistemološke upitanosti, značajno je proučavan moralni aspekt namerne iskrenosti, odnosno obmanjivanja. Centralna tema filozofske rasprave je da li je namerno obmanjivanje ispravno ili neopravdano. Slobodna volja bazira se na mogućnosti izbora, a izbor zavisi od procene u odnosu na date okolnosti. F. Niče smatra da je laganje neophodno u cilju opstanka: "Postoji samo jedan svet, a on je lažan, nemilosrdan, kontradiktoran, bezobziran... Potrebne su nam laži da bismo pobedili istinu, realnost; potrebne su nam laži da bismo preživeli... Laganje je životna neophodnost i kao takvo – deo je zastrašujućeg i problematičnog obeležja egzistencije...". N. Hartman zastupa suprotan etički stav: "Zbog toga što laž menja informacije na koje čovek mora da se osloni, ona utiče na slobodu izbora, povređuje obmanutu osobu u njenom životu, vodi je pogrešnim putem."

Borba između istine i falsifikata u medicini vodi se u domenu simuliranja i njegove detekcije. Mentalna oboljenja još od davnina su omiljena među simulantima, kako zbog činjenice da ih je objektivno teško verifikovati, tako i zbog subjektivne dramatičnosti i emocionalne ekspresije. Opis glumljenog ludila postoji čak i u Bibliji.

Od davnina je poznato da se psihička oboljenja simuliraju da bi se ostvarila neka dobit ili izbegla obaveza. Stari Grci su smatrali da je simulacija u vojsci ravna krivokletstvu i kažnjavali su je smrtnom kaznom. Kazna je kasnije izmenjena u javno prisilno izlaganje krivca poruzi: u toku tri dana morao je da nosi upadljivo cvetne ženske haljine.

Osnovna karakteristika simuliranja je namerna produkcija ili ekstremno preuveličavanje psihičkih simptoma, motivisano spoljnim podsticajima, kao što su izbegavanje vojne obaveze, radne obaveze, ostvarivanje finansijske kompenzacije, izbegavanje krivičnog gonjenja ili dobijanje lekova – droga. Američka DSM IV klasifikacija mentalnih poremećaja, bavi se ovim fenomenom, dok se lažni poremećaj, o kome će u daljem tekstu biti više reči, ne smatra mentalnim poremećajem.

DA LI JE SVAKA LAŽ U MEDICINI NAMERNA?

Za razliku od simulacije, postoje stanja u kojima je laž dominantan ili jedini simptom, a da pacijenti toga nisu svesni. Gde je granica između namerne i nenamerne laži?

Mnogi lekari koji su se u oblasti mentalnog zdravlja našli iz želje da pomognu drugima, smatraju neukusnim ili čak nasiljem nad relacijom lekar – pacijent karakterisanje pacijenta kao lažljivca. Postoji, takođe, i briga za zakonsku odgovornost: lekar koji pod zakletvom na sudu svedoči o simuliranju zaštićen je imunitetom, ali lekar u ordinaciji to nije. Na kraju, postoji zabrinutost među lekarima zbog moguće ljutnje ili izliva besa, čak i fizičkog napada od strane pacijenta čiji je pokušaj svesne obmane otkriven i na taj način osujećena njegova namera da izmanipuliše sistem u cilju ostvarivanja dobiti. Po T. Sasu, simuliranje ne bi imalo nikakvog značaja u čisto psihijatrijskoj situaciji ograničenoj

na lekara i pacijenta. Simuliranje predstavlja relevantni koncept samo kada su psihijatar i pacijent deo šire socijalne strukture i, kao takvi, igrači u socijalnoj igri. Pacijent bi voleo da dobije poen u ovoj igri; isto to bi volelo i društvo. Posao lekara je da spreči obmanjivanje i onemogućiti bilo kakvu nekorektnu prednost ili korist. Za igranje ove uloge mnogi lekari, nažalost, nisu dovoljno edukovani u toku redovnih i specijalističkih studija.

Izvesni epidemiološki podaci kazuju da prosečna osoba u toku prosečnog dana slaže dva puta, pri čemu ta ista osoba podrazumeva potpunu iskrenost drugih ljudi. Među mentalno obolelim pacijentima u kliničkoj praksi zabeležena je pojava simulacije od 1%, u vojnim institucijama se brojka penje na

fantastiku kao sanjarenje doživljeno kao realnost, koje često reflektuje profesionalne ili erotske želje. Ona može da posluži u odbrambene svrhe, pomažući da se održi smisao subjektivnog identiteta, ili oblik projektovanja negativnih aspekata ličnosti i njihovo pripisivanje drugoj ličnosti.

Mnogi patološki lažljivci nisu tako živopisni i interesantni za citiranje, ali nanose mnogo bola svo-



Osnovna karakteristika simuliranja je namerna produkcija ili ekstremno preuveličavanje psihičkih simptoma, motivisano spoljnim podsticajima, kao što su izbegavanje vojne obaveze, radne obaveze, ostvarivanje finansijske kompenzacije, izbegavanje krivičnog gonjenja ili dobijanje lekova – droga.

5%, u krivičnim procesima 10–20%, a u građanskim parnicama još i više.

Patološka lažljivost (Pseudologia fantastica) predstavlja interesantan konglomerat laži i istina, priča na prvi pogled izgleda logično, ima kvalitet trajnosti i posle više ponavljanja i pseudolog počinje da veruje da je ona zaista istinita. Mada kod 1/3 slučajeva pseudologije u osnovi leže poremećaji funkcije mozga, psihoanalitičari ovaj fenomen tumače iz ugla nesvesno motivisanih napora da se sačuva ili kreira sopstveni smisao i da se odbrani od obuzimajuće anksioznosti. H. Dojč sagledava **pseudologiju**

jim bližnjima, onima koji žive ili rade s njima, a svojim ponašanjem komplikuju i sopstvene živote. **Habitualni lažljivci** lažu iz mnogobrojnih razloga, njihove laži mogu biti agresivne po kvalitetu, u pokušaju da zbune protivnika, ili da na nepošten način steknu prednost nad drugom osobom. Laganje može biti sredstvo da se izbegnu kazna ili sukobljavanje. Lažima se, takođe, može prikriti osramoćujući nedostatak znanja, a ono može biti i zaštita od bolnih osećanja nastalih usled neuspeha da se živi po postavljenim standardima.

Ove osobe namerno navode druge da misle da oni (ili njihova deca) imaju ozbiljne medicinske ili psihičke probleme, što često ima za posledicu veliki broj medicinskih pregleda, dijagnostičkih ispitivanja, hospitalizacija, pa čak i hirurških intervencija, za koje su i oni sami svesni da im nisu potrebne.

Patološki lažljivci neprestano koriste obmanu kao odbrambeni mehanizam, u pokušaju da učvrste samopoštovanje ili kompenzuju nedostatak zrelijih načina da rešavaju svakodnevne probleme.

LAŽNI POREMEĆAJ - ZAVISNOST OD BOLNICE

Osobe s lažnim poremećajem glume, preuveličavaju ili same izazivaju bolest. Njihov cilj? Da dobiju status "pacijenta" i, samim tim, pažnju, negu i ljubaznost drugih, što nisu u stanju da ostvare na drugi način. Za razliku od simulanata, osobe s pseudoporemećajem nemaju za cilj konkretnu dobit, već se nesvesni motivi manifestuju kao nesavladiva želja da se prihvati i igra uloga bolesnika. Ove osobe namerno navode druge da misle da oni (ili njihova deca) imaju ozbiljne medicinske ili psihičke probleme, što često ima za posledicu veliki broj medicinskih pregleda, dijagnostičkih ispitivanja, hospitalizacija, pa čak i hirurških intervencija, za koje su i oni sami svesni da im nisu potrebne. Ukratko, lažni poremećaji predstavljaju "falsifikovanje bolesti". Ovaj sindrom nazvan je Minha-uzenovim sindromom, terminom koji je prvi put upotrebljen 1951. godine u engleskom časopisu "The Lancet", u članku o pacijentima koji su više puta s lažnim simptomima dolazili u bolnicu. Pacijent sa ovim sindromom obično biva primljen u bolnicu sa očiglednom akutnom bolešću praće-

nom uverljivom i dramatičnom pričom. Kasnije se otkriva da je posetio, boravio i obmanuo više bolnica. Suočen sa istinom skoro uvek napušta bolnicu bez saglasnosti lekara, posle žestoke svađe s njima i sa sestrama.

Lekare najviše zbunjuje nepostojanje očiglednog eksternog razloga za traženje hospitalizacije i izvanredno poznavanje medicinske terminologije. U cilju veće uverljivosti, ovi pacijenti često falsifikuju laboratorijske rezultate (dodaju krv ili proteine u uzorak mokraće), pogoršavaju postojeći medicinski problem (manipulišu ranom tako da ona ne može da se zaleči), ili čak indukuju pravu bolest (ubrizgavajući bakterije samima sebi ili svojoj deci, i tako uzrokujući ozbiljnu infekciju). Ovi pacijenti često putuju od grada do grada ili borave u više bolnica jednog istog velikog grada. U literaturi je zabeležen slučaj pacijenta koji je za period od 16 godina imao: 40

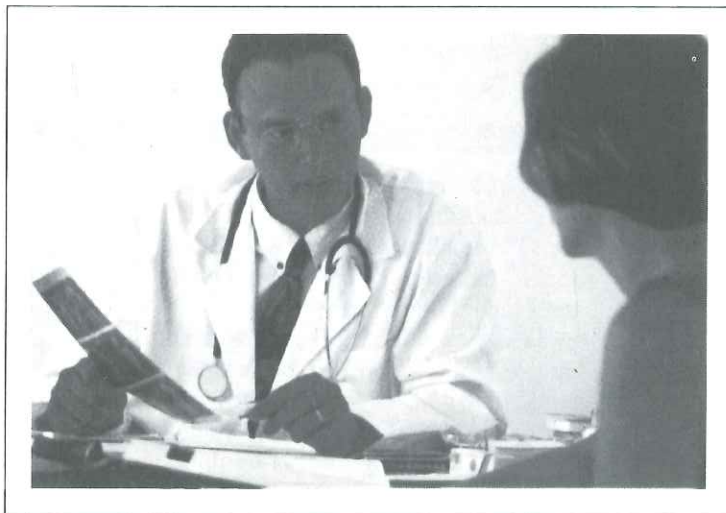
raciju na mozgu. Kad god je odlazio u bolnicu, govorio je da mu je to prvi put!

Da li se radi o varalicama? Ne baš. Zašto onda glume ozbiljnu bolest? Niko ne zna zasigurno, ali problem je opšteprihvaćen kao psihijatrijski po prirodi – oblik poremećaja karaktera koji se manifestuje kao antisocijalno ponašanje.

Spekuliše se da je ovim pacijentima zajedničko nesrećno detinjstvo, bez ljubavi. Kao odrasli, oni traže da im se poklanja pažnja i na ovaj način "prazne" svoj gnev zbog lišavanja pažnje u prošlosti. Zašto želju za negom i pažnjom ostvaruju u bolnicama? Zato što su rano naučili kako da izmanipulišu zdravstveni sistem. Obmanjivanje lekara i sestara izgleda zadovoljava njihovu potrebu da se osvete društvu, čak i ako ih takvo ponašanje vodi u rizik od povređivanja.

Verovatno nijedan fenomen u medicinskoj praksi nije toliko obeshrabrujući za zdravstvene radnike kao ovaj. Izgleda prosto neverovatno da neko sam sebe povredi, raskrvari, ili čak oslepi, s ciljem da ostvari iluzorne emocionalne gratifikacije. Zbog ovoga, a i zato što njihovo ponašanje predstavlja obmanjivanje drugih, ovi pacijenti nemaju razumevanje porodice, niti radne sredine.

Najadekvatnija terapijska strategija je izbegavanje direktne konfrontacije, koja je često povod za demonstrativno napuštanje bolnice, suzbijanje negativnih reakcija zdravstvenih radnika kad se otkrije prevara, kao i dugotrajna primena površinske psihoterapije. ■



hospitalizacija zbog bolova u stomaku, grudima, krvi u mokraći, gubitaka svesti i dr; 32 odlaska u Hitnu pomoć zbog istih problema; četiri operacije trbuha i jednu ope-

NEDELJNI
Telegraf
USRED SREDE

LEADER

U INFORMISANJU

NEDELJNIK USRED SREDE



LIDERSTVO JE KONTI U LJUD

Prof. dr sci med Jovan Marić je specijalista neuropsihijatar, doktor medicinskih nauka i upravnik dnevne klinike Instituta za psihijatriju Kliničkog centra Srbije u Beogradu. Redovni je profesor Medicinskog fakulteta u Beogradu za predmete Medicinska etika i Psihijatrija kao i šef Katedre za psihijatriju na istom fakultetu. Redovni je profesor Pravnog fakulteta u Beogradu na predmetu Pravna medicina, a profesor je i Više medicinske škole za predmete Medicinska etika i Psihijatrija. Izvodi nastavu i na Defektološkom i Stomatološkom fakultetu u Beogradu.

Autor je preko 200 bibliografskih jedinica objavljenih u najpoznatijim domaćim i svetskim medicinskim časopisima. Najpoznatija dela su mu: udžbenik "Klinička psihijatrija", 1981 (samostalni autor, šest izdanja); monografija "Medicinska etika" 1978 (samostalni autor, osam izdanja); udžbenik "Pravna medicina", 1987 (koautor, tri izdanja); monografija "Polni identitet i promena pola", 1993 (koautor), karakterološka analiza "Kakvi smo mi Srbi?" (1998, osam izdanja)...

Boravio je na stručnom usavršavanju kao Fulbrajnov stipendista godinu dana u Njujorku i četiri meseca u Parizu. Dobitnik je Povelje Srpskog lekarskog društva za zasluge u ratu (1994) i član je Američkog psihijatrijskog udruženja (od 1982 godine, jedini iz SR Jugoslavije).



Mr sci Nada
Marić, psihijatar

♦ *Poštovani profesore Mariću, često se govori o autoritetima i problemu autoriteta. Molim Vas da za čitaoce "Psihologije danas" pojasnite taj pojam.*

Lica s autoritetom su u detinjstvu roditelji, kasnije su to učitelji, nastavnici, direktori, ministri, sve do predsednika države, odnosno kralja. Pod autoritetom se, dakle, podrazumevaju osobe koje, na neki način, nameću svoje

*"Da bi na vrh moglo da stane
više ljudi, vrh mora da bude
tup..."*

stavove, svoj sistem vrednosti. Lica s autoritetom su inspiratori vrednosnog sistema jednog društva i, u krajnjoj liniji, inspiratori moralnih vrednosti. Zašto je to tako?

Od detinjstva se dete uči da je nemoćno, ono doživljava da je nemoćno, uostalom mladunče homo sapiens-a je najnemoćnije biće na planeti Zemlji. Zависи od nege roditelja, koji su za njega lica s autoritetom. Zato se od detinjstva dete uči da podešava odnos prema autoritetima: uči se da treba da kupi ljubav i naklonost autoriteta, tj. oca i majke, jer sledi nagrada, i uči se kako da izbegne kaznu... Taj sistem nagrada – kazna uslovljava se u detinjstvu baš zbog toga što je tada najjače izražena primarna nemoć mladunčeta homo sapiens-a, a kasnije njime biva uslovljen odnos prema licima s autoritetom. Po mom mišljenju, homo sapiens tu istovremeno imitira primer



NUITET SKOJ PROŠLOSTI

životinja, jer i one imaju vođu (stada) i gledaju šta vođa radi, tj. celo stado se usmerava prema vođi. Dakle, radi se o nagonu stada ili čopora, koji nam je na neki način prenesen od naših predaka, odnosno životinjskog sveta.

♦ *Koje situacije posebno naglašavaju poziciju autoriteta i pojačavaju potrebu za njim?*

Treba znati da se u kriznim situacijama ljudi zbijaju oko vođe, slično kao što bi životinje u stada koje je napadnuto kopirale ponašanje svog predvodnika. Iskustvo ljudske vrste govori da su u nizu kriznih situacija vođe još više učvrstila svoju vlast i da se narod ugledao na njih. Primer je Iransko-irački rat, koji je vođen osam godina, besmisleno, ali su posle njega i Husein i Homeini još više učvrstili vlast. Dakle, narod se u kriznoj situaciji, po logici stvari, zbija uz vođu, pošto se plaši anarhije. Zato, mnoge mudre vođe izazivaju krizne situacije znajući da će po tom modelu još više učvrstiti svoju vlast! Svaki narod traži vođu i nema istorijskog perioda u kome tako nije bilo – liderstvo je kontinuitet u ljudskoj prošlosti. Vođa je neophodan.

Interesantan je jedan aforizam iz perioda našeg kolektivnog osmočlanog predsedništva osamdesetih godina: "Da bi na vrh moglo da stane više ljudi, vrh mora da bude tup..."

♦ *Da li postoje neke posebne psihološke karakteristike vođe? Ko i kakav je vođa?*

Malo je ljudi koji mogu da budu vođe, malo je ljudi koji ispoljavaju liderske sposobnosti, možda čak manje od jedan posto, čak jedan u sto ili dvesta... Pozicija vođe podrazumeva potrebu da se grupi nametne i da o njoj odlučuje. To je pozicija predvodnika. Politički autoritet razlikuje se od, na primer, autoriteta jednog naučnika. On je svakako autoritet zbog svog znanja, ali često nema potrebu da vlada drugima i ostaje uticajan u oblasti svog neposrednog interesovanja.

Narodi, u suštini, vole poziciju jakog vođe. To je interesantno. Verovatno razlog treba tražiti u činjenici da jaki vođa zadržava narod u poziciji deteta, a pozicija deteta je prilično ugodna... "Big daddy" sve brine i rešava... Nema

anksioznosti... A setimo se da su Sartr i egzistencijalisti rekli da je anksioznost nastala iz pozicije odgovornosti i samostalnosti u rešavanju problema...

Interesantan je primer izrazito demokratskih zemalja, npr. Velike Britanije i Francuske. Obožavani De Gol bio je izrazito autoritaran, a takođe i Margaret Tačer, koja je bila

"Kaže se da svaka vlast kvari čoveka, a apsolutna vlast apsolutno kvari čoveka..."

tri puta birana, a zvali su je "Čelična Ledi". To pokazuje da narod voli "čvrstu ruku", ako ih ona, naravno, dobro vodi.

Problem nastaje onda kad "čvrsta ruka" loše vodi. Kako onda skinuti vođu... Što je autoritet veći, to je veći strah da se kažu neprijatne stvari. Zna se da je Staljin bio vrlo neugodan kad mu se saopšte neprijatne vesti, pa je posle njegove smrti kružila šala da, i kad je umro, nisu mogli da pronađu čoveka koji bi mu to saopštio...

I još nešto: kaže se da svaka vlast kvari čoveka, a apsolutna vlast apsolutno kvari čoveka...

◆ *Spomenuli ste poziciju deteta i "Big Daddy-ja" koji obezbeđuje sigurnost...*

Kad se govori o pojmu autoriteta, neophodno je spomenuti pojam oca. Po principu odnosa prema ocu, autoritet se i voli – i mrzi, to su sjajno opisali npr. Frojd i Dostojevski... Prve socijalne zabrane usvajaju se kad se dete u drugoj-trećoj godini navikava na nošu. Ima nekoliko pozicija kako tada može da reaguje: to može da bude bunt, pokoravanje, ponižavanje i docilnost, ili ambivalencija. Mislim da smo mi danas u poziciji prema vođi ambivalentni, polovina naroda ga obožava, a za drugu se može reći da ga mrzi.

◆ *Relacija ličnost – okolina (odnosno okolnosti) uvek je u zoni interesovanja mnogih istraživača, u pokušajima da se odgonetne: da li se ličnost nameće i kreira okolnosti, ili su okolnosti te koje "iznedruju" ličnost-vođu? Kakvo je Vaše mišljenje o ovim interakcijama?*

To je interesantno pitanje, otvorena tema...

Ja zastupam tezu da su ipak personalne, lične, karakteristike presudne.

U želji da podstaknem borbenu gotovost srpskog naroda, ja u poslednje vreme volim da kažem da problem diktatora nije u njegovim ličnim karakteristikama, nego je problem u kukavičluklu naroda. Međutim, to kod našeg naroda izgleda "ne pije vođu..."

◆ *Harizma?*

Kad je reč o harizmi, ja uvek citiram Frojda, koji je rekao: "Tri profesije se ne mogu do kraja naučiti, a to je: biti dobar roditelj, vođa i psihoterapeut." A zašto? – dodajem ja. To je zato što rade s emocijama druge osobe!

Imate intelektualnu poruku – to su reči, govor – i ta poruka ide od "intelektualnog mozga" jedne u "intelektualni mozak" druge osobe. Ali, postoje neverbalne poruke: telom, bojom glasa, izrazom lica, i one su, u suštini, emocionalne poruke, one određuju harizmu. Govor tela je često značajniji nego govor rečima.

Svi kažu da se na osnovu posmatranja može utvrditi da li je neko vođa ili nije, a televizija je moćan medij i vi možete isključiti ton i posmatrati samo nečije pokrete i pozu, te prosuđivati da li nekome možete ili ne možete verovati.

Pre bi se moglo reći da je harizma urođena kategorija nego da se radi o naučenom. Harizmu pre svega nosi ličnost u sebi, jer ima prirodan talenat da radi s emocijama drugih ljudi. Uvek se može postaviti pitanje zašto se jedan narod, koji je imao mudrace Getea, Ničea, Šopenhauera i mnoge maestralne umetnike, poveo za suludom idejom Hitlera? To je zato što je on umeo da zapali narod svojom harizmom! Da utiče na emocije... Zbog magije koju je nosio u sebi, on je još uvek predmet mnogih analiza...

Naravno, pozicija vođe, tj. položaj sam po sebi, može da dogradi ličnost i položaj sam po sebi ima autoritet. Ali, mislim da harizma leži u samoj ličnosti.

"Pre bi se moglo reći da je harizma urođena kategorija nego da se radi o naučenom. Harizmu pre svega nosi ličnost u sebi, jer ima prirodan talenat da radi s emocijama drugih ljudi"

◆ *Na kraju, da li je moguće svrstati zavisnost od autoriteta u psihopatologiji i gde bi bilo njeno mesto u odnosu na ostale zavisnosti?*

Pa, ne toliko, ne toliko u psihopatologiju... To je pre naglašavanje pozicije deteta, mada definitivno postoji pojam "zavisne ličnosti". Mislim pri tome na strukture onih koji imaju nekog ko ih vodi, ko odlučuje o njima u važnim situacijama, koji su nesugurni i ne mogu da podnesu teret donošenja sopstvenih odluka.

Ipak, sveukupno, ova zavisnost je mnogo, mnogo blaža s aspekta psihopatologije od zavisnosti od ostalih stvari. Manja je, svakako, od zavisnosti od droge, alkohola, pušenja, pa čak i od zavisnosti od seksa. ■

KAKO POBEDITI U RATNIM I POSLERATNIM USLOVIMA

STRES



Prof. dr sc.
Slobodanka
Bašić,
spec. soc.
med.



Ass dr sc.
Slađana
Jović, spec.
soc. med.

Ukoliko u izmenjenim životnim okolnostima, u uslovima rata, sa svim njegovim posledicama, i tokom dužeg perioda po okončanju ratnih sukoba, osećate strah i napetost umerenog intenziteta, znajte da su to sasvim razumljive, prirodne reakcije. To su normalne reakcije na nenormalne uslove i stresne situacije kojima smo svi izloženi i ne podrazumevaju, automatski, psihičko obolevanje.

Neprijatni i nagli događaji ugrožavaju osećanje sigurnosti i remete stabilnost i predvidljivost toka naših života. Posle stresnih i traumatskih iskustava ljudi različito reaguju, u zavisnosti pre svega od psihološke strukture, odnosno tipa ličnosti. Neki postaju zaplašeni, veoma uznemireni, povučeni, gube volju za bilo kakvim

radom, gube apetit, dolazi do remećenja sna i noćnih mora, poremećaja mišljenja i komunikacije. Druge osobe mogu reagovati povišenom agresivnošću, neuobičajenim ponašanjem, ili ispoljavanjem nepotrebne i preterane hrabrosti, kojom se samo odbija suočavanje s realnošću i smanjuje mogućnost da se opasnost izbegne. Nekada osoba nastavlja da obavlja uobičajene aktivnosti i naizgled ne menja ponašanje, ali iznenada može doći do dramatičnog pražnjenja nagomilane napetosti, ili čak i do pokušaja samoubistva, kao što je to slučaj kod takozvanih maskiranih depresija.

Rangirajući intenzitet pojedinih stresnih situacija, svi ljudi, bez obzira na rasu, veru, naciju ili pol, na prvo mesto stavljaju smrt, ili tešku bolest bliske osobe (člana porodice). Ovo su takozvani "univerzalni stresovi". Njihov intenzitet dejstva smo, na žalost, vrlo dobro upoznali tokom ratnih razaranja koja su zadesila našu zemlju. Mnogo je porodica koje su izgubile svoje članove, prijatelje i rođake, što svakako, pored straha zbog mogućnosti gubitka sopstvenog života, predstavlja izuzetno jak stresni faktor.

Život u "vanrednoj situaciji", u izmenjenim i pogoršanim uslovima, koji su daleko od optimalnih, doveo je kod velikog broja ljudi do narušavanja psihičke ravnoteže i ubrao ispoljavanje mnogih psihičkih i psihosomatskih bolesti. Kod produženog dejstva stresnih faktora, mnogi poremećaji prestaju da budu samo funkcionalni i mogu se manifestovati i na telesnoj ravni. To se pre svega odnosi na povišeni krvni pritisak, poremećaje u radu srca, sve do angine pektoris i in-

farkta miokarda, čira na želucu i dvanaestopalačnom crevu, pogoršanja šećerne bolesti i mnogih drugih endokrinih bolesti.

Postoje određena pravila ponašanja koja su proverena u praksi i mogu nam pomoći da se efikasno suprotstavimo stresu u ratnim i posleratnim uslovima. Naš najvažniji zadatak u ovom trenutku je očuvati najpre svoj život, a zatim psihičko i fizičko zdravlje, kako svoje, tako i nama bliskih osoba i članova porodice. Ukratko, ova pravila mogu se svesti na deset tačaka:

ODBRANA OD STRESA U RATNIM I POSLERATNIM USLOVIMA

1. Radite i planirajte dnevne obaveze

2. Družite se

3. Angažujte se fizički, gimnasticirajte

4. Budite sumnjičavi prema glasinama

5. Pružajte i primajte ljubav

6. Ne koristite duvan, alkohol i narkotike

7. Sredstva za umirenje koristite po savetu lekara

8. Pravilno se hranite

9. Naučite da se opustite

10. Mislite pozitivno, gajite nadu i optimizam

A sada, opširnije o svakom pravilu:

1. Radite i planirajte dnevne obaveze

Dobro obavljen posao na radnom mestu, kao i uobičajeni dnevni, kućni poslovi, olakšavaju napetost i stvaraju zadovoljstvo postignutim učinkom. Polazeći od pretpostavke da će i sutra biti novi dan, koji treba ispuniti korisnim aktivnostima, provedite deo vremena u planiranju sutrašnjih dnevnih obaveza. Program obaveza delotvorniji je od nervoznog, besciljnog šetanja i puštanja da se umnožavaju crne misli. Proces mišljenja "ne trpi" vakuum. Ukoliko ne organizujemo svoj dan i ne angažujemo se razmišljanjem o poslovima koje treba obaviti, u mislima se možemo vratiti neprijatnim sadržajima, što vodi povećanju straha, ili depresivnog raspoloženja. S druge strane, obezbeđivanje kontinuiteta uobičajenih, svakodnevnih aktivnosti povratice osećanje normalnosti i sredenosti.

2. Družite se

Sve tegobe lakše se podnose kad je čovek u grupi, pogotovu sa osobama koje su mu drage i bliske. Veoma je važno podeliti svoje probleme s ostalim ljudima, kroz razgovor, jer su te brige česte i u velikoj meri zajedničke ili slične. Ovakvo ponašanje mnogo je bolje nego izolovati se, biti sam i prepustiti se narastanju straha i panike. U teškim situacijama, kao što je gubitak (smrt) bliske osobe, podrška grupe veoma je značajna. U društvu osoba koje su nam veoma bliske, sebi možemo dozvoliti ispoljavanje tužnih osećanja, kroz plač, razgovor o umrlom, a isto tako i kroz rituale vezane za sahranu i pomen. Sve ovo pomaže da se gubitak "obradi", prihvati kao realnost i omogućiti da se vremenom, psihički bol smanji. Nisu dobri stavovi da se tuga ne iskazuje, da se sećanje potiskuje, da treba biti "jak i hrabar", jer se na taj način samo odlaže proces žaljenja i prihvatanja gubitka.



Za druženje ipak treba birati prvenstveno osobe čije nam prisustvo uliva sigurnost i osećaj prijatnosti. Treba izbegavati druženje s osobama koje dramtizuju događaje i mogu negativno delovati na ostale u grupi.

3. Angažujte se fizički, gimnasticirajte

Fizička aktivnost veoma pomaže u smanjivanju posledica stresa, za razliku od pasivnosti, stalnog sedenja i ležanja. Blagotvorno deluje gimnastika, razgibavanje, kao i aktivnosti u kući, što koristi podjednako i fizičkom i psihičkom zdravlju. Pojedina istraživanja čak potvrđuju da fizička aktivnost mnogome doprinosi lečenju depresije! Ukoliko to okolnosti dozvoljavaju, pri gimnasticiranju je poželjno boraviti na čistom vazduhu, u prirodi. Ukoliko ste u sobi i ne živite u delu grada gde je veliko zagađenje vazduha, treba vežbati pored otvorenog prozora. Ova aktivnost trebalo bi da traje bar 30 – 40 minuta svakoga dana, uz postepeno povećanje napora i složenosti vežbi. Osobe koje nemaju poremećaje u radu srca i krvnih sudova, ili neku drugu težu organsku bolest, mogu vežbati bez nadzora, u suprotnom, neophodan je savet lekara i nadzor stručne osobe.

Ne zaboravite i na pravilno disanje! Poznato je da se termin *savre-*

meni čovek često može izjednačiti s terminom *čovek otuđen od prirode*, što konkretno znači da je zaboravio i na pravilno disanje. Ako pažljivije posmatramo osobe oko sebe, primećemo da većina diše površno, užurbano, često na usta i koristeći samo gornje delove pluća. Pravilno disanje sastoji se iz tri, naizgled, odvojena pokreta, koja ipak treba da čine jednu celinu: iz takozvanog gornjeg, srednjeg i donjeg disanja. Ovo znači da pri udisaju treba ispuniti prvo donji deo pluća (spolja se manifestuje isturanjem trbušnog zida), zatim srednji (širenjem rebara) i na kraju gornji deo (podizanjem grudnog koša i ključnih kostiju). Izdisanje treba da ide obrnutim redosledom. Istraživanja u medicini i psihologiji pokazala su, da, kao što je za pojedina psihička stanja karakterističan određeni način disanja, isto tako možemo, svesno, promeniti negativno stanje u kome se nalazimo, jednostavnim izmenom pogrešnog načina disanja. Pokušajte!

4. Budite sumnjičavi prema glasinama

Poznato je da sve što je nejasno i nepoznato izaziva strah i neizvesnost. Pravovremene informacije smanjuju strah od nepoznatog i olakšavaju da se bar donekle naprave smisao i red u

ponekad haotičnim zbivanjima. Budite kritični prema neproverenim informacijama (glasinama), odnosno vestima koje se prenosi "od uva do uva". Glasine su opasne, jer se pre-pričavanjem dodaju nove, često ne-tačne verzije događaja, od uplašanih lica.

5. Pružajte i primajte ljubav

Delotvorno je pružati ljubav članovima porodice, kolektivu, ljudima koji nas okružuju i dele istu sudbinu, ostavljajući mesta da i sami primamo ljubav. Emocionalna podrška jako je važna i predstavlja umirujuću i stabilizirajuću faktor za svakog čoveka. Stručnjaci uvek ističu da su emocije osnova psihičkog zdravlja. Zato je iskazivanje ljubavi, nežnosti i pažnje dobrodošlo uvek, a naročito u takozvanim "vanrednim", stresnim situacijama. Tokom trajanja ratne opasnosti i izvestan period po njenom prestanku, trebalo bi zaboraviti na eventualne nesuglasice i nesporazume u porodici i kolektivu i donošenje životno važnih odluka odložiti za kasniji period.

6. Ne koristite duvan, alkohol i narkotike

U ratnim uslovima češće se nego obično pribegava cigaretama, alkoholu i narkoticima. Time čovek, bežeći od jednog problema, može doći u stanje zavisnosti od ovih sredstava, što vremenom dovodi do teških fizičkih i mentalnih oštećenja. Alkohol i narkotici svojim dejstvom na centralni nervni sistem umanjuju realno doživljavanje stvarnosti, mogućnost za pravovremenu reakciju i racionalno ponašanje. Iz tog razloga, narkotike ne bi trebalo nikada koristiti, dok cigarete i alkohol ne treba koristiti u većim količinama nego u mirnodopskim uslovima.

7. Sredstva za umirenje koristite po savetu lekara

Možda vam, kad budete pročitali i primenili ove savete, sredstva za umirenje neće biti ni potrebna. Ukoliko vam se čini da bez njih ne možete, *obavezno* se konsultujte s lekarom u vezi s izborom lekova, dozama i načinima uzimanja lekova. Nemojte nikako uzimati sredstva za umirenje koja je lekar odredio vašem prijatelju ili rođaku, očekujući da će ona dobro delovati i na vas. Svaka osoba je individualni slučaj i konačnu odluku od korišćenju sredstava za umirenje mora doneti stručnjak, psihijatar.

Deci nikako ne treba samoinicijativno davati sredstva za umirenje! Najbolji sedativ za njih je ponašanje ukućana i njihova smirenost, kao i zagrljaji, milovanje i topla reč u trenucima bliske opasnosti.

8. Pravilno se hranite

Potrudite se da na vašem jelovniku uvek bude dosta povrća i voća (od toga što više u sirovom stanju). Koristite crni hleb i celo zrno žitarica. Mleko i mlečni proizvodi, proizvodi od soje, pečurke i nekoliko komada jaja tokom nedelje mogu uspešno dopuniti, ili čak i zameniti meso u ishrani. Ukoliko ste u mogućnosti, od mesa koristite riblje i pileće, kao i ostale vrste mesa s manje masnoće, dok bi svinjsko meso trebalo izbegavati. Poželjno je koristiti preparate s vitaminima, biljne čajeve, kao i med i sve pčelinje proizvode. Ne treba preterivati s crnom kafom, odnosno ne piti više od dve šoljice na dan. Uneti bar litar vode dnevno, a izbegavati rastvorene, zašecerene i gazirane napitke. Koristiti biljna, po mogućstvu, hladno ceđena ulja, a izbegavati životinjske masti. Hranu podeliti u pet obroka (tri glavna i dve užine) i jesti samo onda kad zaista osećamo glad, a ne iz navike. Takozvani *civilizovani apetit* često ne znači ništa drugo, do jesti suviše

mного i suviše brzo. Tokom obroka, skoncentrisati se samo na hranu i dobro sažvakati svaki zalogaj, što će olakšati dalje varenje hrane. Ne treba jesti uz televizor, čitajući ili produžavajući s jelom zato što nam je dosadno, ili zato što trenutno ništa zanimljivije nemamo da radimo. Takođe, ne treba jesti kad smo umorni (prvo se odmorite bar desetak minuta), ljuti ili kad je nama ovladalo neko drugo negativno osećanje.

9. Naučite da se opustite

Voljno opuštanje mišića brzo dovodi do smanjivanja napetosti i olakšava prevazilaženje stresa. Mnogobrojni relaksacioni programi imaju za cilj da nas nauče da sami, svojom voljom, opustimo poprečnoprugaste mišiće tela, od kojih su mnogi neprekidno u stanju jake napetosti. Fizička relaksacija ne zahteva specijalne uslove za izvođenje, te se može primeniti u gotovo svakoj situaciji. Metode autogenog treninga i meditacije zahtevaju izolovanje od buke i drugih potencijalnih uznemirujućih draži. Potpunu relaksaciju mišića prati i smireno i duboko disanje, a samim tim i naše misli postaju smirene. (U jednom od prethodnih brojeva *Psihologije danas*, posvećenom stresu, detaljno je opisana tehnika relaksacije).

10. Mislite pozitivno, gajite nadu i optimizam

Koliko god da su sadašnji događaji teški, i tome mora doći kraj. Moramo i tokom teškog životnog perioda sačuvati svoje zdravlje i životnu energiju, da bi, kad kriza prođe, mogli da gradimo bolji život. Optimizam moramo negovati i ne prepuštati se negativnom, već pozitivnom životnom scenariju. Zamišljanje (vizualizacija) lepih i vedrih scena i povoljnog razvoja događaja, najčešće i u realnosti dovodi do pozitivnijih dešavanja.■

Vaginizam je seksualni poremećaj, u čijoj je osnovi nevoljni spazam spoljne trećine vagine, tako da je njen otvor zatvoren i onemogućen je prodor penisa. Ova kontrakcija mišića vagine može biti udružena, u težim slučajevima, s kontrakcijom mišića karlice, pa i celog tela. U blažem obliku, ovaj genitalni grč prouzrokuje bolni koitus, kad je prodiranje penisa u vaginu moguće, ali je bolno za ženu.



VAGINIZAM:

strašljivo bekstvo od intimnosti



Dr Vladan Radivojević

Kako nastaje, odnosno koji mehanizmi pokreću refleksni grč vaginalne muskulature? Ovaj grč muskulature može biti pokrenut i uslovljen organskim promenama – lokalna zapaljenja vagine i/ili karličnih organa, anatomske anomalije, ali i prethodni bolni koitus na čijoj osnovi se razvija spazam mišića.

Znatno češće je psihogeni mehanizam nastanka ovog poremećaja. Centralni problem u psihogenom nastanku vaginizma je strah od koitusa.

Psihogeni vaginizam može nastajati kao posledica delovanja fizičke traume na neki oblik seksualnog ponašanja. Navešćemo neke primere: u

slučaju bolnog kažnjavanja u detinjstvu i ranoj mladosti žene, za dodirivanja polnog organa ili prilikom masturbacije, kao i pri slučajnim bolnim povredama vagine, može doći do razvoja uslovne reakcije straha od prodiranja stranih predmeta, s posledičnim odbrambenim grčom vaginalne muskulature. Takođe bolno razdevičenje, bilo zbog rigidnog, čvrstog himena, bilo zbog nepažnje i grubosti partnera, može za posledicu imati vaginizam. Žrtve si-

poruke, koje uče ženu da je seksualno ponašanje grešno ili štetno po mentalno zdravlje i zdravlje uopšte.

Nepovoljna ranija seksualna iskustva žene takođe mogu biti uzrok ovog poremećaja. Na primer bolni koitus, usled nedovoljne uzbuđenosti žene i nedovoljnog vlaženja vagine, može prouzrokovati strah od budućeg bolnog koitusa.

Uloga partnera isto nije zanemarljiva. U slučaju da partner ispoljava seksualne poremećaje tipa impotencije, ili prerane ejakulacije, kod

Ovaj grč muskulature može biti pokrenut i uslovljen organskim promenama – lokalna zapaljenja vagine i/ili karličnih organa, anatomske anomalije, ali i prethodni bolni koitus na čijoj osnovi se razvija spazam mišića.

lovanja neretko ispoljavaju ovaj poremećaj.

Nisu zanemarljivi u mehanizmu nastanka ovog poremećaja i vaspitne

žene to može usloviti neprijatnost vezanu za seksualni čin i posledični strah od te neprijatnosti. Grub i nepažljiv partner, kao i manipulativan i

eksploatatorski nastrojenu partner mogu kod žene pokrenuti mehanizam nastanka ovog poremećaja.

Opisani su i slučajevi kad je ovaj poremećaj nastao kao instrument žene za pribavljanje pažnje partnera, ili pak protest protiv nametnutog partnera.

Slično drugim seksualnim poremećajima, i vaginizam može biti primaran kad u istoriji žene ne postoje podaci o prethodnim koitalnim odnosima, higijenskom tamponiranju, vaginalnoj masturbaciji, ili ginekološkom pregledu, i sekundaran, kad se obično u istoriji dobijaju podaci o početku poremećaja nakon bolnog ili neprijatnog seksualnog iskustva.

Vaginizam se ispoljava u seksualnim situacijama, ali i u okolnostima higijenskih postupaka (tamponiranje žene) i ginekološkog pregleda, odnosno u svakoj situaciji u kojoj ženi "preti opasnost" od prodiranja stranih predmeta u vaginu. Ova činjenica jasno ukazuje na ključak da se radi o veoma izraženoj uslovnoj reakciji straha od prodiranja stranih predmeta u vaginu.

Spektar izraženosti ovog poremećaja širok je, od već pomenutog bolnog koitusa, usled nepotpunog grča vagine, koji ipak omogućava prodiranje penisa, pa do grča muskulature celog tela i paničnog straha.

Posledice ovog poremećaja su izbegavanje seksualnih odnosa i situacije koje vode ka njima, izbegavanja ulaska u vezu s muškarcima, u slučaju devojaka, ili pak nekonzumentni brak, koji je sam za sebe poseban poremećaj, u slučaju udatih žena, kao i izbegavanje ginekoloških pregleda.

Lečenje ovog poremećaja je relativno lako i efikasno. Najčešće je dovoljan psihoterapijski bihevioralni tretman, bez primene medikamentozne terapije.

Ovde možemo napomenuti i slučaj grča vaginalne muskulature u toku samog koitalnog odnosa, koji je neprijatan za oba partnera, a u slučaju nagle pojave straha kod žene. Ovako nastao grč vagine, bolan je i onemogućava izlazak penisa iz vagine. Terapijski pristup je medikamentozno

opuštanje muskulaturnog grča. Ovde se radi o akutnom poremećaju, koji obično ne zahteva dalji psihoterapijski tretman.

Lečenje - terapijski pristup

Lečenje ovog poremećaja je relativno lako i efikasno. Najčešće je dovoljan psihoterapijski bihevioralni tretman, bez primene medikamentozne terapije. Terapijski pristup je individualan i zavisi od istorije nastanka poremećaja, intenziteta ispoljavanja, kao i subjektivnog doživljaja žene.

Prisustvo partnera, u slučaju da je žena u vezi, je poželjno (nije i ne-



Znatno češći je psihogeni mehanizam nastanka ovog poremećaja. Centralni problem u psihogenom nastanku vaginizma je strah od koitusa.

ophodno), i to u kasnijim fazama terapije.

U slučaju intenzivne izraženosti poremećaja (panični strah, grč muskulature butina i celog tela), početak terapije bio bi s desenzitizacijom u imaginaciji, pri čemu je potrebno ženu naučiti da ovlada nekom od tehnika relaksacije, kao oružjem za inhibiciju strahova. Poželjno je da žena ovlada i Kegellovim vežbama, kako bi ih primenjivala radi ovladavanja voljnog stezanja i opuštanja muskulature pubokokcigealnih mišića.

Terapijski princip je postupnost. Koriste se razna pomagala (tamponi, prsti dilatatori, veštački falusi). Princip je da se u vaginu uvlače predmeti prvo najmanjeg promera, u zavisnosti od doživljaja straha ostaju kraće, ili duže vreme, a po prestanku straha, uvlači se naredni predmet većeg promera i to samo tada, kad kod žene ne postoji ni najmanja doza straha pri uvlačenju predmeta manjeg promera.

Kad žena više ne oseća strahove, odnosno kad nema grča vaginalnih mišića, pri uvlačenju u vaginu veštačkog falusa zadovoljavajućeg promera, pristupa se sledećoj fazi u terapiji, koja podrazumeva prisustvo muškarca, dok žena manipuliše pomagalima.

Sledeća faza je da muškarac preuzima ulogu manipulatora pomagalima.

Završna faza terapije je koitalni odnos, gde se skreće pažnja partneru da ne čini grube i nagle pokrete i preporučuje se pozicija žene iznad muškarca.

U slučaju pojave straha kod žene, ili grča vaginalne muskulature, vraća se korak nazad u terapiji, odnosno na terapijsku fazu u kojoj žena ne oseća ni najmanji strah. ■

enigmatički utjecaji

MOĆ

KOBI

IVRKLJAN

ENIGMATIČKA AUTOPATOLOGIJA

Ovog puta odstupamo od uobičajenog pristupa razmatranju biografskih detalja, koji bi mogli osvetliti karaktere slavnih ljudi. Osnovna ideja jeste, da čitalac zavaljen u udobnu fotelju, uvereno ili skeptično (što mi i savetujemo) otkrije ono što je začetnik moderne lingvistike, Ferdinand de Saussure nazvao "upornošću slova u nesvesnom".

Priča urednika je literarni dodatak tekstu našeg poznatog enigmatičara, Živote Stankovića. Sve u priči jeste izmišljeno, ali jedna stvar nije. Mi i ne slutimo da u sopstvenom imenu nosimo sudbinu celog čovečanstva. I obrnuto. U celom čovečanstvu sadržana je i sudbina nas samih. Ali ko se još seća Sartrovih reči, da egzistencija prethodi esenciji?

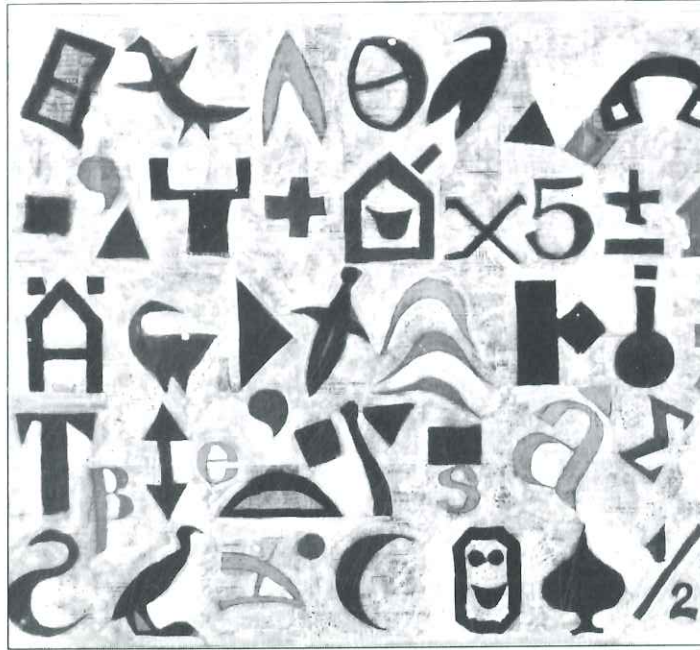
Ime kao sudbina ili neobičan prilog biografiji

**BRANKA
MILJKOVIĆA**

Pitate se sigurno zašto su verzalom, velikim slovima, štampani naslov i drugi red podnaslova? Zato što su u korelaciji. Kakvoj? Anagramnoj. Anagram je reč čijim premeštanjem (premetanjem) slova nastaje druga reč (može to biti i rečenica). Evo dveju upečatljivih primera: 1) Srbi insistiraju na reči TOČAK, a Hrvati su za KOTAČ. To mu dođe isto, i asocira na misaoni krug. Ako pripadnika ovih nacija ima i u

TELEĆIM, pardon, LETEĆIM tanjirima (i tanjurima), ohladiće im se supa zbog ove "polarizacije"; 2) TALEŠ, grčki filozof "vode", ima anagram u prezimenu TESLA, našeg naučnika "struje".

I. Vrkljan iz prvog reda naslova (koji je rečenica-anagram) zagrebačka je književnica Irena, koja se družila s Brankom Miljkovićem i dobro ga poznavala. On je pak neposredno pred samoubistvo živio u Zagrebu. Zna se da su ga



tamo proterali iz Beograda, kao i Đuru Daničića (pravim prezimenom Popović), otprilike vek ranije. Elem, Branko Miljković, je živio 27 godina a da nije znao da u sebi krije ime slavne poetese. Pre desetak godina saznao sam iz "NIN-a" i drugih novina da je s njom bio u društvu nekoliko sati pre samoubistva. Da li je ona znala da je skrivena u slavnom niškom poeti? Pogledajte i ovo: do pred ponoć, jedanaestog februara 1961. godine, on je u društvu druge spisateljice: Dobrile Nikolić. Kad ispremeštate slova njenog imena i prezimena – vidite da je u njoj skriven Branko: DOBRILA NIKOLIĆ = BRANKO LILI: DOĆI! (Napomena: ne "doći", već "doći"!). To sam otkrio anagramišući za honorar krajem 1988. go-

poručili psihofarmak hlompromazin u vidu largaktila, ali on je "živio" u Francuskoj (ulici) Beograda, u Klubu književnika, i nije znao za hormonalne disbalanse.

U naslovu zapazite reči kob i sudbina. U eseju "O sudbini i o slobodi", koji sam poslao na čitanje u London i Čikago (profesor biopsihologije, Xeri Levi, na tamošnjem univerzitetu), došao sam analogijom s vremenom provedenim mimo naše volje u spavanju: najmanje osam sati dnevno = trećina dana = trećina života – da zapravo imamo samo dve trećine života slobodu u odlučivanju, koja je spacionirana, isprekidana trećinom predodređenosti, fatumom, ili ti usudom. Zar ne? spavanje se smatra gubljenjem vremena, ali ipak vam se spava i kada niste ama baš ništa fizički teško radili, a nesanica pak izaziva izvesne zdravstvene tegobe.

Na kraju, pokušaću da objasnim suštinu enigmatike. Ona je intelektualna pasija, hobi, umetničko (i komercijalno) stvaralaštvo, čije je izražajno sredstvo jezik, to su reči u funkciji zabave, deo književnosti na margini, sveprisutni

Pokušaću da objasnim suštinu enigmatike. Ona je intelektualna pasija, hobi, umetničko (i komercijalno) stvaralaštvo, čije je izražajno sredstvo jezik, to su reči u funkciji zabave, deo književnosti na margini, sveprisutni deo novina i časopisa.

dine – a krajem 1998. godine čitam u nekom našem dnevniku da negde u Vojvodini u nekoj bolnici leži bolesna Lila, zaboravljena od svih! Ovde mi se nameće neologističko, značenje reči "oknar" (od okno): vidovit u metaforičom smislu, u rečenici (palindromu) koja ima isto značenje kad se pročita sleva udesno i zdesna ulevo: OKNAR BRANKO! Šta ćete, da je živio u Francuskoj, možda bi mu psihijatri Jean Delay i Pierre Deniker (kao pioniri 1952. godine) pre-

deo novina i časopisa. Ukrštenica jača vaš ego, makar je rešili dopola, a kamoli da sastavite kraljicu zagonetki (anagram je kralj enigmi). Smatram da ljudsko razmišljanje nije haotično, već spontano i da vodoravno i uspravno, ukrštene reči (preciznije: slova) utiču, tim naizgled haotičnim spletoivima, pozitivno na sve nas. ■

Života Stanković

KRIVI TORANJ U PIZI

Bližila se matura, mesec teških iskušenja, a Miljko Ranković se osamljivao. To nije bilo bez osnova. Neko ga je mesecima dozivao. Poput čoveka izgubljenog u magli, osvrtao bi se, osluškivao, i ništa. Šapat je menjao pravce, poput gušćijeg pera na jakom vetru. Čas bi se javio s njegove leve strane, čas s desne, pa odozgo, odozdo dok se nije ustalio u njegovoj utrobi.

"Đavolja posla" – zaključio je Miljko Ranković ne pokušavajući više da izgoni iz sebe utvaru.

"Nauka nije u stanju da se bori s utvarama. U njihovom ponašanju nema ni najosnovnije logike – mudro je zaključio.

Spas je potražio u biblijskim tekstovima.

"U početku beše reč i reč beše...."

"Đavo" – čuo je, umesto šapata, dubok muški glas iz svog trbuha.

Umesto straha, Miljko Ranković je osetio olakšanje.

"Deluje, lakše će biti s đavolom nego sa sopstvenim imenom" – odahnuo je.

Nije bilo lakše. Ubrzo se glas javljao posle svake rečenice, a zatim posle svake reči, potom posle svakog slova biblijskog teksta.

"U početku beše reč i reč beše... đavo... u početku... đavo beše... đavo..."

"Ubiće me prejake reči" – rekao je svom psihijatru.

"Reči žive svojim životom, te-gobno baš kao i ljudi."

"Ne razumemem" – upitno je odgovorio psihijatru.

"Vrlo je jednostavno. U enigmatiči se reč "đavo" premeštanjem slova pretvara u reč "vođa".

"Opet ne razumem" – upitno je odgovorio psihijatru.

"Vođa je otac."

"Čiji otac?"

"Tvoj rođeni."

"To znači..."

"Znači prostu zamenu".

"Kakvu zamenu?"

"Krivicu zbog mržnje lako je podneti ako te on proganja" – upotpunio je neoborivo logikom svoj vispreni zaključak lokalni psihijatar.

"Otac je mrtav, poodavno... bio je blag čovek. Ne želim da slušam psihoanalitička sranja" – ljutito je odbrusio Miljko Ranković i brzinom strele izleteo iz ordinacije svog učnog doktora.

Onako u ljutini, ponovio je bezbroj puta reči: "Otac... đavo... vođa, otac... đavo... vođa, otac... đavo..."

I glas se izgubio.

("Doktor bi rekao da sam isterao mrtvaca iz sebe samoga. Kakav glupan. Mrtvaci ne bi bili mrtvi da nisu načisto mrtvi.")

Značajnija činjenica, osim ovih filozofskih razmišljanja o smrti kao o nepopravljivoj konačnosti, bila je da je Miljko Ranković otkrio čarobno, lekovito svojstvo enigmatike. Postao je slavan po anagramima, palindromima, istoznačnicama, rebusima i

enigmognomama, koje je konstruisao s velikom lakoćom. Posebnu slavu doneo mu je anagram "Mu", koji, obrnuto čitan, označava najznačajniju ljudsku karakteristiku "Um". "ANJA VOLI MILOVANJA". Kakav još dokaz treba da pruži Anja da je sklona telesnim uživanjima, osim činjenice da se njena sladostrasnost otkriva i čitanjem rečenice natraška. Tako je često pred prijateljima branio svoje nepokolebljivo uverenje da su imenima ljudi zapisani njihovi karakteri i sudbine.

Uživao je uživao, Miljko Ranković u enigmatskoj slavi, sve do trenutka, kad je njegov prvi komšija izvršio samoubistvo. Usmrtio se vešanjem. Zvao se Ranko Miljković. Skamenio se Miljko Ranković. Nosio je, dakle, samoubicu u sebi. Nije mogao ništa protiv sudbine. Reč "konopac" nije bila pogodna za savremeni anagram.

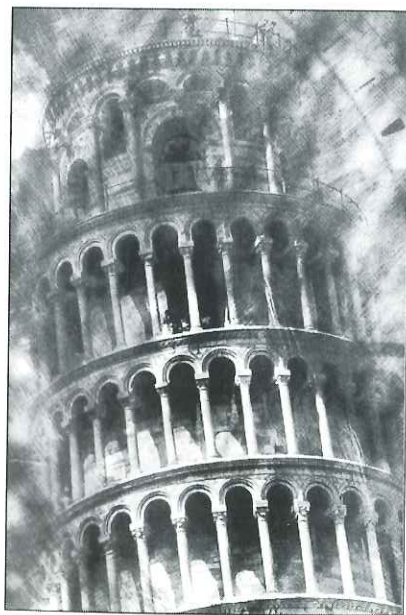
Reč "voz" bila je prikladnija. U sebi je sadržavala – neobjašnjiv "zov" za rešavanje zagonetke smrti.

Noć je proveo u grozničavom razmišljanju. Pred jutro u glavu mu je uletela spasonosna ideja. Krivi toranj u Pizi. Odoleva vekovima rušenju. Bio je uveren da je reč o anagramskoj magiji.

U brzom vozu na liniji Atina-Piza mučio se, mučio, da pronađe ključ zagonetke.

(Nj) Tora u krizi (u)spi.

To je to, dakle. Jevrejsko petoknjižje moralnih zakona. Sa lica zemlje nestajale su brojne civilizacije: sumerska, vavilonska, pigmejska, anglosaksonska, germanska, filistiska. Netaće i ova, sadašnja, farisejska ako preostalu reč "vi" ne uklopi u čudotvornu, spasonosnu premeštaljku. ■



NIŠKA TELEVIZIJA
NARODNE NOVINE

“Sa nama bolje
razumete gde živite”



MEDIJSKI SPONZOR
ČASOPISA

“Psihologija danas”

NAJAVA SLEDEĆEG BROJA

PSIHOPATOLOGIJA RATA

Pre rata postojao je plan da naredni broj obrađuje temu humane reprodukcije. Bili smo, dakle, veliki optimisti. Na žalost, vreme rata nas je usmerilo da pišemo o mračnim temama koje se ne odnose na rađanje, već na razaranje i smrt. Naš sledeći broj će biti tematski vezan za ratnu psihopatologiju, a psihologiju roditeljstva odložićemo za vreme kada "besmisleni" pokreti postanu smisaoni.



*Poštovani čitaoci,
od ovog broja “Psihologija danas” Vam nudi i svoj poster. Poster je dimenzija 50 x 70 u punom koloru. Cena je 15 din. Možete ga naručiti putem narudžbenice ili direktno na telefon 018/23-423*

narudžbenica



Želim da se pretplatim...

- na 12 meseci
4 broja (110 din.)
- komada po broju
- Želim da mi pošaljete informator za oglašavanje
- poster “Psihologija danas” – 15 din.

Molimo Vas da uplatu izvršite na žiro račun Društva bihevioralne teorije i prakse 42500-678-5-24779 i dokaz o uplati pošaljete na adresu:

“PSIHOLOGIJA DANAS”,
Starca Vujadina 1, 18000 Niš, Tel. 018/23-423

Prezime i ime _____

Naziv firme _____

Adresa _____

Telefon _____

Datum _____ Potpis _____

MULTIMEDIJA U MEDICINI



Dr Vojin Popović

E-mail: popovic@bankerinter.net

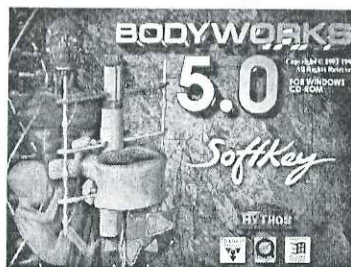
U prošlom broju dali smo kratak prikaz primene računara u psihološkoj medicini. U ovom broju reći ćemo nešto o multimediji.

Svedoci smo vrlo brzog razvoja računara. Oni svakodnevno postaju sve moćniji, ali zato i finansijski pristupačniji širokom krugu korisnika. Memorija računara postaje veća iz dana u dan. Pojavili su se hard diskovi velikog kapaciteta, optički diskovi (CD-ROM-ovi), RAM memorija od nekoliko desetina megabajta, zvučne kartice koje omogućavaju kvalitetan trodimenzionalan stereo zvuk, brze grafičke kartice koje daju kristalno jasnu sliku i animaciju na ekranu monitora. To je sve omogućilo pojavu nove kulturne dimenzije, nazvane MULTIMEDIJA, koja kako sama reč kaže, ne predstavlja samo tekst ili sliku, već je to homogena kombinacija teksta, trodimenzionalne grafike, animacije i kvalitetnog stereo zvuka. Do skoro je to bilo nezamislivo, zbog sporosti računara, njihovih malih memorija i nekvalitetnog zvuka. Multimedija je danas zaživela u punom sjaju, kroz ogromne banke podataka, knjige, enciklopedije, filmove, a sve se to nalazi na jednom ili više optičkih medijuma – kompaktnim diskovima. Multimedija je ušla na velika vrata i u oblast medicine. Iz dana u dan pojavljuje se sve veći broj multi-

medijalnih izdanja iz ove oblasti. Sledi kratak prikaz nekoliko značajnijih medicinskih, multimedijalnih CD izdanja:

Body Works

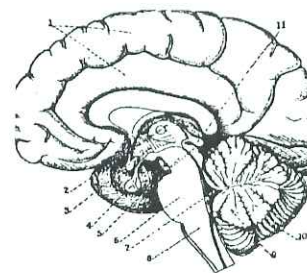
Program predstavlja anatomske atlas ljudskog tela u slici i reči, a ova CD verzija obogaćena je i brojnim animacijama koje vrlo verno predstavljaju funkcionisanje sistema i organa čoveka. U odnosu na ranije verzije, sadrži mnogo više pojmova, animacije, video za-



pisa, fotografija, skica i zvuka. Slikom i imenom obuhvaćene su i najsitnije strukture ljudskog tela. Kretanje po programu vrlo je lako, pojmovi se brzo nalaze, svaka slika je praćena i tekstom o funkciji datog organa. Sve je praćeno laganom muzikom i glasom spikera koji izgovara zadatu reč. Pohvalno je i postojanje kviza u kome se može oceniti naučeno znanje. Body Works radi u Windows okruženju i zahteva minimalnu multimedijalnu konfiguraciju: 386 sa 4Mb RAM-a, SVGA, zvučnu karticu i CD-ROM drajv. Program je namenjen pre svega studentima medicine, kao značajno pomagalo uz prateće udžbenike. Za laike je program suviše komplikovan, zbog brojnih medicinskih termina, koji su doduše na engleskom jeziku (što je i osnovna zamerka ovom, ali i ostalim programima, pošto je "maternji" jezik lekara latinski).

Body Illustrated

Ovo je program koji se takođe bavi anatomijom ljudskog tela, ali je mnogo siromašniji od prethodnog. Zato je namenjen pre svega ljudima koji se prvi put susreću s ovom materijom. Ako se odabere opcija "Lessons", pro-



gram će davati informacije iz odabrane oblasti, na vrlo popularan i razumljiv način. Korisna je i opcija "Encyclopedia", koja sadrži spisak termina po abecednom redu, koji se mogu birati mišem i dobijati njihovi tekstualni i grafički opisi. Program sadrži samo tekst i slike, animacija nema, a i zvuk ide preko PC speaker-a.

Ultimate Human Body

Program koji zaslužuje pažnju, jer sadrži ne samo anatomske podatke, već opisuje i brojne fiziološke procese u organizmu. S gledišta anatomije slabiji je od Body Works-a, ali je fiziologija zastupljenija više od svih programa iz te oblasti. Fiziološki procesi predstavljeni su vrlo lepim animacijama. Kvalitetan zvuk (glas spikera) prati prikazani tekst na ekranu.

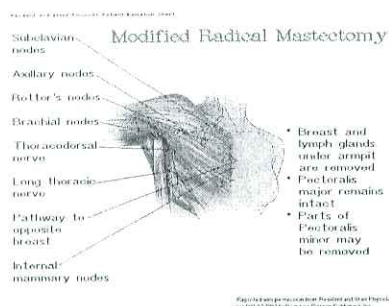
Drugs

Predstavlja program koji sadrži informacije o svim lekovima koji se koriste u lecarskoj praksi. Posebna vrednost programa je ta, što su data "generička" imena le-

kova (ista su u svim zemljama sveta), a ne samo "zaštićena, fabrička" imena (jedan isti lek proizvodi veliki broj fabrika u svetu, a svaka daje svoje ime leku). Kad se otkuca ime željenog leka, dobiju se svi neophodni podaci: grupa leka kojoj pripada, indikacije, kontraindikacije, neželjena dejstva, doze (uključujući i letalne doze leka). Lekovi su poređani abecednim redom, ali je moguća pretraga i metodom ključnih reči. Rečju, program je savršeno urađen, a samim tim namenjen je, kako studentima medicine, tako i lekarima i farmaceutima, kao dopuna udžbenicima iz farmakologije.

Surgery

Program koji će obradovati ljubitelje hirurgije, jer čini bazu



podataka o velikom broju hirurških intervencija. Sadrži njihove tekstualne i slikovite opise. Tekst i slike ne idu do sitnih detalja (sve operacije predstavljene su u tri slike), ali su sasvim dovoljne za studente medicine i lekare opšte prakse.

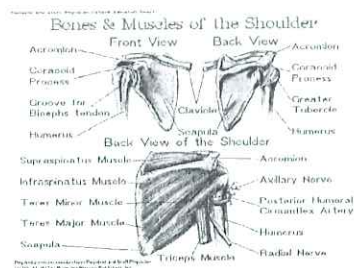
Symptoms & Illnesses

Ovaj program jedan je od retkih iz medicinske oblasti koji sadrži osnovne informacije o simptomima različitih bolesti. Oboljenja su poređena abecednim redom, ali se mogu lako pronaći i metodom ključnih reči. Bazu podataka čine definicije bolesti, njihov nastanak i klinički tok, simptomi, lečenje i prognoza. Vrlo koristan

program, kako za laike, tako i za stručnjake iz ove oblasti, kojima može poslužiti, kao podsetnik.

A. D. A. M. The Inside Story

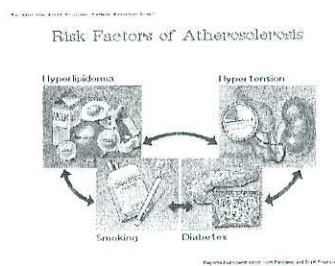
Program koji je vrlo sličan Body Works-u. Takođe se bavi anatomijom ljudskog tela. Negde je čak i detaljniji (moguće je slo-



jevitto prikazivanje ljudskog tela – od kože do kostiju). Takođe, obuhvata i neke elementarne podatke iz fiziologije. Mana je što su sitne kosti, mišići i nervi jednostavno preskočeni. Za svaku pohvalu je detaljan rečnik koji obuhvata sve pojmove pomenute u programu. Izuzetno korisna opcija je "Magnify", kojom se dobija lupa za direktno uveličavanje željenog dela slike. Program ima preko pedeset kvalitetnih animacija, mnoštvo slika i skica.

Mayo Clinic

Iz ove renomirane ustanove u SAD-u stigla su 4 diska: "Family Pharmacist", "Family Health Book", "Total Heart" i "Sports,

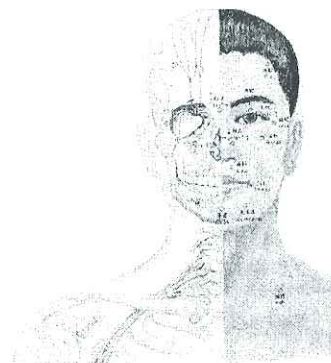


Health and Fitness", "Family Pharmacist" sličan je opisanom programu "Drugs", s tom razlikom što je dodata opcija "Personal Profile", gde je dovoljno navesti osnovne podatke o pacijentu (godi-

ne, pol, trudnoća) i kompjuter će izbaciti listu pogodnih i nepogodnih lekova. "Family Health Book" sadrži različite savete o održanju zdravlja u porodici. Ide se do takvih detalja, da se daju saveti deci kako da se postave prema roditeljima posle razvoda, kako da se ophode roditelji prema deci s adolescentnom krizom, i dr. "Total Heart" sadrži detaljne informacije o kardio-vaskularnom sistemu i njegovim bolestima. "Sports, Health and Fitness" daje podatke o pravilnoj ishrani, rekreaciji, sportu, fizičkim vežbama; vrlo je koristan program, naročito za sportiste i njihove trenere.

Acupunctura

Originalan program koji otkriva tehniku ove drevne kineske veštine. Date su akupunkturne mape, s akupunkturnim tačkama i njihovim detaljnim tekstualnim opisom. Program obiluje stručnim terminima, te je namenjen isključivo lekarima, što je navedeno i na originalnom pakovanju. Nije hardverdski zahtevan, tako da radi na 486/100 Mz, sa 8 Mb RAM-a. Ovaj program je više nego potreban ljudima koji se bave akupunkturoum.



Sličan disk ovom je i "Power Touch", koji se bavi akupresurom – metoda lečenja poremećaja zdravlja pritiskom određenih tačaka na telu.

Toliko u ovom broju. Tema rubrike sledećeg broja biće **RAT PREKO INTERNETA.**■



Dragana Kožović,
Izdavač:
-Agregna,
Beograd
1997. g.

PUBERTET NE MORA DA STVORI HAOS U KUĆI

"Postoje uputstva o tome kako da rukujete novim aparatom (za koji dobijate i garanciju), kako da napravite jelo, popravite odeću, popravite nameštaj ili očistite srebro.

Jedino dete rađate bez garancije i uputstva za rukovanje. U formiranje njegove ličnosti se ugrađuje vaše ukupno životno iskustvo i vaša ličnost."

Dragana Kožović, psiholog, profesor u jednoj beogradskoj gimnaziji, dama izuzetnog senzibiliteta, znanja i iskustva, sačinila je za vas nešto nalik na UPUTSTVO ZA RUKOVANJE PUBERTETLIJAMA:

U ediciji "Školski priručnici" objavila je malu plavu i vrlo zapaženu knjigu, pod naslovom "Pubertet ne mora da stvori haos u kući".

Obilje zanimljivih naslova fascinira već samim predlogom sadržaja. To su: "Pravo na pubertet", "Proradili su hormoni", "Šta da činite sa ružnim

pačetom", "Geni su čudo", "Osećanje sigurnosti", "Stres u porodici"... Putujemo sve dalje u pubertet, učeći o druženju naše dece, o buntovništvu, telefoniranju, izlascima, zaljublivanju, problemima u učenju, o zrelosti, pa i o tome kako pubertetlije zamišljaju idealne roditelje. Svaka od pomenutih tema sagledana je višestruko, počev od citata velikana, tipa Sokrat, Paskal, Seneka, preko dobro izabranih narodnih mudrosti, psihološkog tumačenja najčešćih roditeljskih reakcija, do onog najznačajnijeg osećanja i kazivanja samih pubertetlija. Duhovita, beskrajno šarmantna, spremna da razume i objasni, iza svega stoji Dragana Kožović, i savetuje: "Strpljivo i mudro". U raznovrsnosti tkanja sluti čaroliju, učimo da bolje razumemo, otvorenije volimo, mudrije kritikujemo. Saznajemo da, recimo, beskrajni telefonski razgovori našeg deteta u opuštenu položaju s poznanikom koga ne vidi, a veruje mu, mogu imati značajan terapijski efekat, da problem izlaska u grad nije nerešiv... Učimo da prepoznamo "prave" prilike za razgovor: "Najbolja prilika za razgovor sa detetom je u šetnji, vožnji kolima ili ako mu pravite društvo dok jede. Odakle god da dolazi (iz škole, sa treninga, iz grada, od drugarice, od mladića - devojke) ophrvan je doživljajima, a vi ste mu pri ruci. Dodajte mu još malo soka, još jedno parče hleba... Žvaće, opušta se i malo po malo kaže više nego što je mislilo. Pazite! Roditelj želi sve da zna, ali ne može uvek da podnese svaku istinu".

Stranu za stranom i naš nam je pubertetlija bliži, razumljiviji i, naravno, sve draži. Saznajemo da se pokvareno može popraviti, da se postojeće može ulepšati, da nemoguće možemo stvoriti.

Teorijska znanja, profesionalno iskustvo u radu s učenicima, lično iskustvo u odrastanju vlastite dece, pitkost i lepota stila, sve je to u ovom delu našlo pravu meru. Dobra mera čini da knjiga: "Pubertet ne mora da stvori haos u kući" osvaja nagrade (nagradu "Žiža Vasić" za popularizaciju savremene psihologije), kao i čitaoce.■

Tatjana Stefanović Stanojević,
psiholog

ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА



Лоренс Е. Шапиро КАКО

ВАСПИТАЊЕМ
ДОБИТИ ДЕТЕ
СА ВИСОКИМ



Lorens
E.
Šapiro
Narodna
knjiga,
Alfa
1998.

Istorijat i značenje termina "emocionalna inteligencija"

Termin "emocionalna inteligencija" prvi put su upotrebili 1990. godine psiholozi. Piter Salovej i Džon Majer. Ovaj koncept je u javnost uveo Danijel Goulman, 1995, bestselerom "Emocionalna inteligencija". Ovaj termin koristi se za opisivanje emocionalnih osobina koje se čine značajnim za uspeh, a to su: empatija, izražavanje i razumevanje osećanja, kontrolisanje temperamenta, samostalnost, prilagodljivost, omiljenost, rešavanje problema razgovorom, upornost, ljubaznost, nežnost i poštenje.

Mnoge studije pokazuju da su deca obučena veštinama emocionalne inteligencije srećnija, pouzdanija i uspešnija u školi, iz čega sledi zaključak da je posedovanje visoke EQ važnija stvar kao posedovanje visoke IQ.

Igra

Za obučavanje emocionalnim veštinama, igre su naročito dobar način učenja, zato što deca vole da ih neprestano ponavljaju. Kroz igre, malima možemo dati priliku da nauče i uvežbaju nove načine razmišljanja, osećanja i delovanja, a učestvovanjem u tim igrama, možemo postati integralni deo procesa emocionalne obuke.

Roditelji

Ponašanje roditelja u cilju dobijanja deteta s visokim EQ zahteva: da se dete hvali za primereno ponašanje, ali i da se pri tome izbegava preterano laskanje, zatim neophodno je da roditelji pokažu interesovanje za ono što dete radi, učestvovanjem u aktivnostima, opisujući šta vide i odražavajući dečija osećanja, ma kakva ona bila, i pri tome ne postavljajući pitanja i ne izdajući naređenja, jer zadatak roditelja je da posmatra i, da govori o onome što vidi, a ne da preuzima ulogu vođe.

emocionalna inteligencija*

Kako vaspitavanjem dobiti dete s visokim EQ

Moral

Uspešan emocionalni razvoj podrazumeva i uspešan moralni razvoj, pri čemu se pod uspešnim moralnim razvojem podrazumeva posedovanje emocija i ponašanja koja odražavaju brigu za druge: saučestvovanje, pomaganje, altruističko ponašanje, tolerancija i raspoloženost da sledimo društvena pravila. Da bi moralni razvoj dece bio uspešan moraju usvojiti sledeće emocionalne i društvene veštine: da prihvate i shvate šta razlikuje "dobro" od "lošeg" ponašanja i da razviju navike vladanja koje su u skladu s onim što poimaju kao "dobro", kao i da razviju interesovanja, obzire i osećaj odgovornosti za dobrobit i prava drugih. Zatim, moraju da dožive i negativnu, emocionalnu reakciju, uključujući sram, krivicu, bes, strah i prezir prema kršenju moralnih pravila. Sram treba da se izazove kad dete ne poseduje nikakvu emocionalnu reakciju, nakon što je uradilo nešto zbog čega bi trebalo da se stidi. On bi trebalo da se smatra legitimnom strategijom kad manje dramatični oblici discipline propadnu.

Problemi i rešavanje problema (motivisanost, upornost i trud)

Sposobnost rešavanja problema sastavni je deo odrastanja. Savet je da pri razvijanju veština rešavanja problema treba, ispoljiti sposobnost oslanjanja na prošla rešenja i strategije, ali isto tako treba se ispoljiti sposobnost da se napuste prethodni pristupi koji nisu funkcionisali.

Za rešavanje problema, kao i za uspeh u životu i radu, neophodni su samomotivisanost, upornost i trud. Za sticanje radnih navika važe isti principi, a metod se može označiti kao "put do uspeha korak po korak". Zapravo, pomaže se deci da probleme i zadatke koje savlađuju raščlane na potfaze, da odrede tačno vreme koje im je potrebno za svaki korak i da pri tome kontrolišu koliko su napredovala. Decu treba učiti da moraju da izdrže napor čak i onda kad su im stvari teške i dosadne (imajući ovo na umu, možete odmah tražiti od deteta da radi više). Da bi se ostvario uspeh, neophodno je suočavanje sa neuspehom i njegovo prevladavanje. Pol Erlih, je konačnu formulu leka za si-

*Prikaz knjige dat je rečima autora knjige po izboru specijaliste kliničke psihologije, mr sci Miroslava Krstića, i to nije samo prikaz knjige, već i savet roditeljima za emocionalno vaspitavanje dece u miru i u aktuelnoj ratnoj situaciji.

filis označio kao #606, zato što je prethodnih 605 eksperimenata bilo neuspešno. Neuspeh izaziva smešu neprijatnih emocija, uključujući strah, tugu i gnev, ali vaše dete mora naučiti da ih podnosi, da bi postiglo uspeh. Neuspeh i loše osećanje neophodno su temelj za krajnji uspeh i dobro osećanje. Učite decu da više cene napor nego ishod i da uspehe grade na neuspehu.

Emocije i pregovaranje

Još jedna od značajnih EQ veština je poznavanje svojih i prepoznavanje tuđih emocija. Razgovor o čovekovim osećanjima najdirektniji je način da se osećanja shvate i kontrolišu. Korteks, ili misaoni mozak, omogućuje nam da osećamo osećanja, da ih izražavamo drugima i da pratimo kako na njih reaguju i mi sami reagujemo. Učenje identifikacije i prenošenja emocija važan je deo komunikacije i vitalni je aspekt njihove kontrole. Ali i uvažavanje tuđih emocija jednako je važna veština EQ, naročito kod razvijanja prisnih odnosa (isto tako je važna i neverbalna komunikacija, jer se u direktnim kontaktima 55 % emocionalnog značenja poruke izražava neverbalnim izrazima, kao što su grimase, poza, gestovi, 38 % prenosi se tonom glasa, dok se samo 7 % emocionalnog značenja izražava rečima koje izričemo).

Da bi vladala emocijama, decu treba učiti tehnikama pregovaranja, umesto svađe ili tuče, kroz sledećih pet faza: 1. deca treba da sede oči u oči i da se slože da rade zajedno na rešavanju konflikta. Takođe, treba da se slože da poštuju mišljenje druge osobe i da se suzdrže od davanja pogrdnih imena; 2. svaka osoba treba da iznese svoje gledište (šta želi i zašto), a onda da sasluša gledište druge osobe. Uspešno pregovaranje ne može se obaviti ukoliko se ne poštuje dogovor da svako ima pravo na svoje gledište; 3. najbitniji aspekt pregovaranja jeste da se dođe do rešenja gde su svi pobednici. Oba deteta treba da se slože barem sa tri komponente rešenja, ali koja svakom od njih omogućava da ima nešto što je važno; 4. dvoje dece tada ocenjuje svaku opciju. U ovom trenutku su na istoj strani, tražeći izlaz koji će ih oboje zadovoljiti; 5. najzad, deca treba da sačine sporazum ili plan delovanja, za realizaciju najboljeg rešenja. Ovaj sporazum treba detaljno razraditi, ko, šta, kad, gde i kako će se primeniti rešenje.

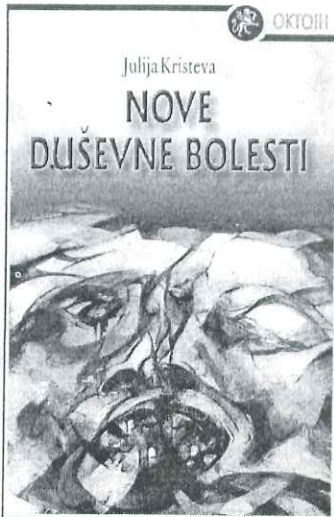
Šta nam je činiti i šta nama i deci može biti od pomoći?

Mnoga istraživanja pokazuju da emocionalne i društvene veštine mogu da budu važni faktori u borbi čak i sa bolestima opasnim po život. U okviru psihoneuroimunologije proučavaju se veze između misli i emocija (centralnog nervnog sistema, autonomnog nervnog sistema i imunog sistema). Osnova premisa ovog učenja je da um može da proizvede hemijske supstance koje štite telo od bolesti, a u nekim slučajevima može čak da okrene proces oboljenja u suprotnom smeru. Naučnici sada otkrivaju da humor takođe igra značajnu ulogu u imunom sistemu i možda bi trebalo da bude recept za zdravlje svakog deteta. Postoje dokazi da je humor reduktor stresa, jer biohemijske promene koje doživljavamo kada se smejemo omogućavaju opuštanje mišića, smanjenje svesnosti bola i sniženja krvnog pritiska. Korišćenje humora kao leka nije alternativna, već prava medicina. Pored humora, za bolje fizičko zdravlje, dete treba učiti psihološkoj veštini samosmirivanja, tj. vežbama opuštanja. Tehnike opuštanja ili samosmirivanja spadaju među najvažnije psihološke veštine koje su protivotrov za specifične stresne situacije, pored toga opuštanje može da osveži decu, adolescente i odrasle i da ih čak i ojača. Mnogi emocionalni problemi koji su uzrokovani nedostatkom serotonina, umesto lekom, mogu se preduprediti prirodnim načinima koji povećavaju stvaranje serotonina u telu, uključujući: 1. Fizičko vežbanje 2. Niskokaloričnu ishranu 3. Izlaganje svetlosti za vreme mračnih zimskih meseci (boravka u mračnim i zamračenim prostorijama) 4. Primerene količine sna.

Komunicirajte (pored druženja, razgovora i igre, koristite kompjuter)

Kompjuteri i EQ su iznenađujuće dobra kombinacija. Mišljenje da će kompjuteri lišiti decu jednostavnih radosti lopotanja ili građenja tvrđava u snegu, nije se obistinilo, već, nasuprot tome, ispostavilo se da se kompjuteri mogu primeniti u učenju matematike i čitanja i da ovi digitalni mediji čak mogu zbliziti, a ne udaljiti decu jednu od druge. Sve ovo znači da kompjuteri zapravo unapređuju dečiji emocionalni i društveni razvoj (neograničene mogućnosti Interneta, jer Internet motiviše decu da uče, objedinjuje ih na kooperativnim projektima i pruža im priliku da sklope prijateljstva po celoj zemlji i svetu, raščištavajući sa stereotipima i predrasudama).■

Mr Miroslav Krstić,
psiholog



Prikaz knjige Nove duševne bolesti (1993) - Julije Kristeve - u izdanju Oktoih iz Podgorice (1997) preвода Žarka Martinovića.

NOVE DUŠEVNE BOLESTI

Julija Kristeva, psihoanalitičar i profesor lingvistike savremene stvaraoce u oblastima lingvistike na Univerzitetu u Parizu, ubraja se u najznačajnije semiologije, psihoanalize, književne i umetničke kritike i književnosti.

U prvom delu knjige, koji je nazvan "Klinika", Kristeva svoje doprinose gradi na analitičkoj praksi, u radu s takozvanim novim pacijentima koji pate od novih duševnih bolesti. Naime, u uslovima sve većeg otuđenja u

savremenoj tehnokratskoj i elektronskoj eri, ovi pacijenti sve češće svoje življenje svode na pasivno zurenje u TV-ekran i na gutanje pilula kojima teže da suzbiju svoju nerazjašnjivu unutrašnju nelagodnost.

Kristeva pretpostavlja da je savremeni čovek narcističan, bez grize savesti i somatskih izražavanja patnje. Odluke današnjih ljudi su: racionalne i seksualne teškoće, nemogućnost izražavanja sebe, osećanje da ste "veštački", "prazni", ili "robotizovani". Ispod histeričnog ili opsesivnog izgleda, brzo se probijaju "bolesti duše". Osnovna odlika novih nozologija je teškoća predstavljanja. Nedostatak psihičkog predstavljanja spuštava čulni, seksualni i intelektualni život, a može da se odrazi i na biološko funkcionisanje. Tada se psihoanalitičaru, u prikrivenom obliku, upućuje poziv da se obnovi psihički život i da telu koje govori dopusti optimalni život. Prema Kristevoj, danas se sve ređe sreću psihijatrijske pojmovne "strukture" (histerično, opsesivna, shizoidna, paranoidna itd), već, su aktuelne međudejstvene strukture, kao "granična stanja", koja su nove kliničke, činjenice, ali ukazuju na evoluciju subjektivnosti i psihičkih stanja; imaju posebno primumstvo da temeljno dovode u pitanje validnost klasičnih nozologija.

Određujući smisao daljeg postojanja psihoanalize: Kristeva nalazi da je on u poziciji takmičenja s neuro-naukama ("tableta ili reč"). Budućnost psihoanalize, u "oskudnom i nepriznatom vremenu", Kristeva vidi u Frojdom otvorenom putu, kojim su novatori morali da krenu: seksualno iskustvo je buntovno u odnosu na govor, iz čega nastaje poliskivanje, kao i neophodnost da se kroz jezik tumače indeksi nesvesnog.

Analizirajući psihoanalitičku tehniku, Kristeva označava njena dva cilja: pokrenuti afekte, verbalizovati opažaje i osećaje i asocijacijama povratiti sećanje ostvarivanjem genealogije kognitivnih znakova.

U drugom delu *Novih duševnih bolesti*, nazvanom "Istorija", do iz-

ražaja dolazi sposobnost Kristeve da analizira veoma raznovrsne tekstove, kakvi su: Biblija, Jevandjelje po Jovanu, izvesna dela Antoana de Sala, gđe de Stal, Dostojevskog, Džojlsa, Gomboviča i drugih, u periodu koji označava čitavu istoriju zapadne književnosti.

U eseju o Bibliji izjednačava čitanje svete knjige sa opsesijom čistote i upoređuje ga analitičkim slušanjem. Na kraju ovog eseja, Kristeva nas poziva da ponovo pročitamo Bibliju, ne samo da bi smo je tumačili, već da se na taj način ocrtaju i ukrste naši sopstveni fantazmi i interpretativne sumanutosti.

U "Tajnama jedne analitičarke" prikazani su biografija i naučni doprinos Helen Dojč. Kristina navodi da je najveći doprinos Helen Dojč u objašnjavanju psihologije žene, naročito pojmova mazohizma i narcizma. Helen Dojč izraz mazohizam izvlači iz psihopatologije i posebno iz perverzije. Objasnjavajući organizaciju ženskog libida H. Dojč ističe ulogu biološke prinude ("aktivnost prema unutra"), ali i društvene prinude, tako da koncept mazohističkog simptoma preobražava u mazohističku organizaciju ličnosti. Protiv teža mazohističkoj tendenciji je narcizam, koji trijumfuje nad njom. Žena je ambivalentna, udvojena struktura, zato što se u njoj ostvaruje dvojaka sudbina svojstvena čoveku: pojedincu i pripadniku vrste.

U završnom eseju "Vreme žena" Kristova daje kritičan prikaz feminističkog pokreta i traži psihološke i civilizacijske razloge nemira koji danas zaokupljaju žene stvaraoce. Kristeva smatra da je danas glavna zaokupljenost nove ženske generacije postao društveno simbolički ugovor, kao žrtveni ugovor. Žene se danas bore da zaštite svoje telo. Za društvo je ta pobuna odbijanje. Ona može dovesti do nasilja među polovima ubilačke - mržnje, raspada para, porodice ili do kulturne inovacije. Boreći se protiv zla, ono se reprodukuje, ovoga puta usred društvene veze: muškarac - žena. Danas se, prema Kristevoj, teror vlasti zamenjuje vlašću terorizma, u čijim grupama ima više žena.

Na kraju, knjiga je prava poslatica za one koji veruju u psihoanalizu i njenu mitologiju. ■

Mr Ljiljana Simonović
psiholog

Odjeci

✍ Poštovani kolega,

U časopisu broj 5 "Psihologija danas", u rubrici "Odjeci", kratko ste pisali o Vinelandovoj (Dolovoj) skali. Preporučili ste da se pri testiranju dece i mladih koristi i pomenuta Vinelandova (Dolova skala) socijalne zrelosti s numeričkom vrednošću koeficijenta socijalne zrelosti. Ovom prilikom, molim Vas da meni i drugim kolegama i koleginicama koji rade s decom i mladima, a nemaju dovoljno informacija o ovoj skali, date detaljnije podatke o karakteristikama skale.

Puno pozdrava od kolegice iz Beograda

Poštovana kolegice,

U dozvoljenom prostoru, pokušaću da odgovorim na Vaše pitanje, tj. pokušaću da Vam dam najvažnije podatke o Vinelandovoj skali.

Prva verzija Vinelandove skale socijalne zrelosti štampana je aprila 1935. godine. Posle izvesnih revizija i standardizacije, konačna verzija skale predstavlja zapravo popis pojedinih radnji koje ukazuju na sve veće sposobnosti dece i mladih da se staraju sama o sebi i da učestvuju u aktivnostima koje vode ka potpunijoj zrelosti i nezavisnosti odrasle osobe. Zapravo ova skala može se shvatiti kao mera napretka razvoja u sferi društvene (socijalne) kompetentnosti.

Zadaci u ovoj skali raspoređeni su po stepenu prosečne težine za odgovarajući kalendarski uzrast i predstavljaju prosečni nivo zrelosti na planu mogućnosti samopomoći, samostalnosti, lokomocije, zanimanja (interesovanja za okolinu i uobičajene aktivnosti), komunikacije i socijalizacije.

Značaj i vrednost ove skale najbolje su predstavljeni samim svojim sadržajem (istaknutim u priručniku), pri čemu ova skala sadrži:

a. standardni inventar normalnog razvoja, koji se može stalno primenjivati za merenje nastalih promena, tj. razvoja i rasta;

b. meru individualnih razlika, a u vezi s tim i ekstremna odstupanja od očekivanog proseka;

c. kvalitativni indeks varijacije u razvoju kod dece s razvojnim psihijatrijskim smetnjama i oboljenjima;

d. merilo poboljšanja, koje je nastalo kao rezultat vežbanja, edukacije, lečenja i rehabilitacije, i

e. inventar za retrogradno ispitivanje istorije u kliničkoj eksploraciji retardacije, deterioracije, osobenosti specifičnih napredaka, zastoja i propadanja u razvoju.

Skala je korisna (pri diferencijalnoj dijagnozi) za utvrđivanje razlika između mentalne i socijalne retardiranosti. Isto tako, korisna je za savetovanje i podučavanje dece u oblastima u kojima ispoljavaju socijalnu nekompetentnost.

Ova skala pruža i mogućnost procene sredinskih i kulturnoloških uticaja, kao i dejstva raznih vidova hendikepiranosti (slabost vida i slepila, nagluposti i gluvosti, logoretardacije, slabosti, oduzetosti ili nedostka ekstremiteta). Ukazuje i na stepen adaptacije na ljude i sredinu.

Dakle, glavni cilj svakog zadatka ove skale je da predstavi neku određenu veštinu u vezi sa staranjem o svojim životnim potrebama. Specifičnost je u tome što su odabrane one socijalne veštine, koje su odraz većeg stepena nezavisnosti od tuđeg vođenja (od tuđe pomoći i nadzora).

Konkretno, u skali, svakom ajtemu data je jedna kategorijalna oznaka, koja je izražena sledećim slovima (simbolima): SHG – opšta samopomoć, SHE – samopomoć u jelu, SHD – samopomoć u oblačenju, O – zanimanje, C – komunikacija, L – lokomocija, S – socijalizacija.

Ajtemi skale sređeni su prema prosečnim uzrasnim normama i poredani su aritmetičkim redom, od 1 – 117 (obuhvatajući uzrast deteta od rođenja, do dvadeset i pete godine života).

Ispitivač ima "listu za ocenjivanje" i počinje procenu tako, što postavlja pitanja prilično ispod očekivanog krajnjeg skora, zaključenog na osnovu kalendarskog uzrasta i opšteg utiska o subjektivnim sposobnostima. Ispitivač prati druge ajteme progresivne teškoće, kako su zabeleženi, kao kod testiranja "Binerom".

Prilikom uzimanja podataka, od ispitivača očekuje se da zauzme prijateljski stav, i da pri tome izbegava naivnu lakovernost, kao i otvoreni skepticizam, te da podstiče spontano opisivanje i izvuče detaljne podatke u pogledu specifičnih ograničenja ispitanikovog stvarnog izvođenja, putem dopunskih pitanja podešenih za probleme o kojima se radi. Važno je da se izbegne pitanje da li ispitanik može ili ne može učiniti to i to, već pitati da li on obično ili ponekad čini to.

Ovi se odgovori zatim proveravaju detaljnim ispitivanjem, sve dok ispitivač ne bude u stanju da u celini oceni zadatak (npr. ispitivač pita do koje mere se ispitanik sam hrani, ili koliko se sam oblači, i na koji način pomaže u kući, i koju vrstu posla obavlja, i sl.). Na ovaj način, ispitivač može skorovati nekoliko ajtema odjedanput, u istoj kategoriji, na osnovu stepena postignuća uspeha u seriji srodnih ajtema.

Najjednostavniji postupak izračunavanja koeficijenta socijalne zrelosti jeste da se ispitanikov društveni (socijalni) godišnji skor podeli s uzrastom, ili $SQ = 100 \times SA : CA /$. Ovo je isti postupak kao kad se pretvaraju Bineovi skorovi mentalnog uzrasta u IQ.

Krajnji skor treba interpretirati naročito uzimajući u obzir ograničavajuće okolnosti, kao što su invalidnost, loše zdravlje, nedostaci čula, dominacija od strane odraslih, i druge prepreke. Ograničenja nastala usled intelektualnog nivoa, emocionalnih stavova, socijalnih uslovljenosti, dispozicija, i tome sličnog, treba da se odražavaju na samu skalu i ne treba inače dozvoljavati. Uopšte, izuzetne okolnosti treba uzeti pod "primedbe" i one se dozvoljavaju u interpretaciji skorova, dok sami skorovi treba da budu što je moguće objektivniji. ■

*Mr. sci Miroslav Krstić,
psiholog*